



Ταρτάκια με κρέμα
βανίλιας και φράουλες



Υλικά για τις βάσεις:

- 140γρ αλεύρι βρώμης ή νιφάδες χτυπημένες στο μούλι (σαν αλεύρι)
- 30γρ αλεύρι καρύδας
- 1 κ.γ. baking powder
- 50γρ βιολογικό άοσμο λάδι καρύδας
- 90γρ σιρόπι αγάβης
- 1/5 κ.γ. σποράκια φυσικής βανίλιας



Υλικά για την κρέμα:

- 150γρ κάσιους ωμά μουλιασμένα για 6-8 ώρες
- 70γρ σιρόπι αγάβης
- 10γρ λιωμένο άοσμο λάδι καρύδας
- 1/5 κ.γ. σποράκια φυσικής βανίλιας
- 115γρ κρέμα καρύδας (που θα απομονώσετε από μία κονσέρβα)

Υλικά για τη διακόσμηση:

- ένα κουπάκι φράουλες

Εκτέλεση για τις βάσεις:

1. Χτυπήστε στον επεξεργαστή τροφίμων πρώτα τη βρώμη, το αλεύρι καρύδας.





2. Προσθέστε το σιρόπι αγάβης, τη βανίλια και το λάδι καρύδας και χτυπήστε ξανά μέχρι να γίνει μία σφιχτή ζύμη (λίγα δευτερόλεπτα).
3. Αν θα χρησιμοποιήσετε σαν τη δική μου φόρμα που είναι ειδική φόρμα για muffins που βγαίνουν με τρύπα στη μέση (δείτε φωτογραφία), χωρίστε τη ζύμη σας σε 24 μερίδες (13γρ περίπου κάθε μερίδα). Αν χρησιμοποιήσετε κλασική φόρμα για muffins θα χωρίσετε τη ζύμη σας σε λιγότερες μερίδες (15 περίπου) αφού θα βγουν μεγαλύτερα τα ταρτάκια.
4. Στην περίπτωση που έχετε φόρμα σαν τη δική μου τη γυρνάτε από την ανάποδη και τοποθετείτε τις μερίδες της ζύμης όπως στη φωτογραφία. Αν όχι, βάζετε τις μεγαλύτερες μερίδες που έχετε ξεχωρίζει στα δικά σας σκεύη, με τον ίδιο τρόπο.
5. Κάνετε τρύπες με το πιρούνι στον πάτο της ζύμης και ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 βαθμούς για 10-13 λεπτά ανάλογα με το μέγεθος των ταρτών και το φούρνο σας, μέχρι να ροδίσουν. Όταν είναι έτοιμες, τις βγάζετε από το φούρνο, τις βγάζετε από τις φόρμες και τις αφήνετε να κρυώσουν καλά πάνω σε μία σχάρα πριν τις γεμίσετε.

Εκτέλεση για την κρέμα και το γέμισμα:

1. Χτυπάτε διαδοχικά στον επεξεργαστή τροφίμων τα κάσιους (μέχρι να γίνουν μία κρέμα), την αγάβη, το λάδι και τέλος τη βανίλια με την κρέμα καρύδας. Βάζετε την κρέμα σε ένα μπωλ και τη βάζετε στο ψυγείο για να κρυώσει και να σταθεροποιηθεί καλά.
2. Γεμίζετε τις τάρτες με την κρέμα.
3. Γαρνίρετε με ένα κομμάτι φράουλας. Καλό είναι να τα γεμίζετε πριν τα σερβίρετε γιατί αν μείνουν 1-2 μέρες στο ψυγείο θα μαλακώσει η βάση. Νόστιμα πάλι θα είναι απλά θα απορροφήσει η βάση λίγη από την υγρασία της κρέμας.

