

Вегетарианский ореховый чизкейк



На 100 грамм:
Калорийность: **248.2 ккал.**
Белки: **4.89 г.**
Жиры: **11.79 г.**
Углеводы: **30.21 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/vegetarianskij-orehovyj-chizkejk/>

Такой десерт замечательно подойдет тем, кто не использует в пищу продукты животного происхождения, а также тем, у кого аллергия на лактозу, ведь в этом чизкейке мы используем ореховое молоко.

Ингредиенты:

- фундук - 10 орешков
- сахар - 1 ст. л
- вода - 1 ч. л
- финики 8 шт
- молоко ореховое - 200 мл
- агар-агар - 2 ч. л
- ванильный экстракт - 1 ст. л

приготовление:

Приготовление:

Выложить в кастрюлю сахар и воду, варить до состояния прозрачного сиропа. Не нужно ждать, пока сироп начнет густеть и карамелизоваться.

Добавить в кастрюлю слегка раздробленный фундук, тщательно перемешать и варить на медленном огне, регулярно помешивая, пока сахар не начнет кристаллизоваться. В этот момент снять кастрюлю с плиты и добавить предварительно измельченные в блендере финики.

Любое подходящее блюдо или тарелку застелить пергаментной бумагой, выложить круглые формочки для выпечки, на дно которых ровным слоем (около 5 мм) разместить массу из орехов и фиников. Это основа чизкейка. Если нет возможности сделать порционный десерт, используйте просто прямоугольную или квадратную емкость.

Вскипятить в кастрюле ореховое молоко. Вылить немного молока в отдельную чашку и

растворить в нем агар-агар. Вернуть молоко с растворенным в нем агар-агаром в кастрюлю, добавить ванильный экстракт и варить на медленном огне около минуты. Дать молоку немного остыть, а затем залить его в формочки. Убрать десерт в холодильник минимум на 2 часа. Перед подачей украсить фундуком.