

Rezept

Vegane Mango-Cappuccino-Torte

Ein Rezept von Vegane Mango-Cappuccino-Torte, am 25.04.2024

Zutaten

Für den Boden

220 g Dinkelmehl	60 g gemahlene Mandeln
120 g Birkenzucker	2 TL Backpulver
60 ml Rapsöl	200 ml Mineralwasser mit Kohlensäure

Für die Cappuccinocreme

300 g aufschlagbare Pflanzencreme	100 g vegane Vollmilchschokolade
14 g veganes lösliches Instant-Cappuccinopulver (ersatzweise lösliches Kaffeepulver)	

Für das Mangogeelee

350 ml Mangosaft	1 Pck. veganes Vanillepuddingpulver
-------------------------	--

Außerdem

Öl für die Form (ersatzweise vegane Pflanzenmargarine)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Springform (20 cm Ø), 12 Stücke | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal, 17 g F, 4 g EW, 39 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 185° vorheizen. Die Form fetten. Mehl, Mandeln, Zucker und Backpulver in einer Schüssel mischen. Rapsöl und Mineralwasser verrühren und zu den trockenen Zutaten in die Schüssel geben. Alles mit den Rührbesen des Handrührgeräts zu einem cremigen Teig verrühren.
2. Den Teig gleichmäßig in der Form verteilen und im heißen Ofen (Mitte) 30-35 Min. backen (Stäbchenprobe machen). Den Tortenboden kurz abkühlen lassen, dann aus der Form lösen und vollständig auskühlen lassen.
3. Inzwischen die Pflanzencreme mit den Rührbesen des Handrührgeräts steif schlagen. Die Schokolade über dem heißen Wasserbad schmelzen. Kurz abkühlen lassen, dann mit dem Cappuccinopulver behutsam unter die Creme heben. Die Creme 1 Std. kalt stellen.
4. 5 EL Mangosaft mit dem Puddingpulver glatt rühren. Den restlichen Saft in einem kleinen Topf erhitzen. Dann die Mango-Puddingpulver-Mischung in den köchelnden Mangosaft rühren und so lange weiterschlagen, bis eine cremige Masse entsteht. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

5. Den Tortenboden zurück in die Form legen und mit der Cappuccinocreme bestreichen. Das Mangogelee vorsichtig auf der Creme verteilen. Die Torte mindestens 4 Std. (am besten über Nacht) kalt stellen. Anschließend aus der Form lösen und in Stücke schneiden.