



VEGETARISK

Saffranshjärtan med kolakräm & lingon

Kock: **Tina Mejri** Tid: **60 min** Portioner: **2-4**



Saffranshjärtan av polenta serverad med cashewkolakräm och lingon! Passar lika bra som ett trevligt mellanmål som en enklare dessert. Servera med lite grädde och lite sylt.

INGREDIENSER

SAFFRANSHJÄRTAN

1,5 dl polentagryn
5 dl mandelmjök
3 msk björksocker/ råsocker
2 msk mandelsmör



CASHEWKOLAKRÄM

2 dl blötlagda cashewnötter
6 st dadlar, färska och urkärnade, blötlagda
1 dl blötlägningsvatten från dadlar
3 msk sötning ex. rissirap
2 msk kokosolja kallpressad, smält i vattenbad

1 msk macapulver (går att utesluta)
nypa fingsalt

GÖR SÅ HÄR

- 1** POLENTAHJÄRTAN: Värm upp 1/2 dl av mjölken & lös upp saffran, tillsätt björksocker & resten av mjölken. Låt det koka upp. Häll ner polenta grynen & rör om. Sänk värmen & låt koka på svag/mellanvärme i 4 minuter. Rör undertiden. När det har kokat i 4 minuter arbeta in mandelsmör i polentan med en slickepott. Rör ordentligt under medan kastrullen fortfarande är på plattan. När allt är jämnt & polentan är slät, blöt en form (ca 20 x20) cm och bred ut polentan. Ca 1 1/2 cm tjock och platta till den så det blir en slät yta. Låt svalna & ställ den i kylan att sätta sig.
- 2** CASHEWKRÄM: Lägg alla ingredienser förutom kokosolja i en mixer mixa slät, tillsätt kokosolja & mixa klart. Ställ kallt.
- 3** GÖR HJÄRTAN: Ta en passande form, jag tog ett pepparkakshjärta och tryck ut bitar. Det går även att skära bitar. Värm kokosolja i en stekpanna på mellanvärme & ge bitarna en liten yta på varje sida. De ska inte serveras heta utan mer rumstempererade. Klicka på en msk kolasås & toppa med lingon eller valfria bär.