DESSERT

Raw kokostårta med mango & ananas

Kock: **Ylva Lindgren** Tid: **180 min** Portioner: **6-8**

En härligt gul tårta med smak av kokos, mango och ananas. Med både gurkmeja, cashewnötter och kokosolja i tårtan blir det en riktig supertårta!

En lite nyttigare påsktårta som är både sockerfri och glutenfri. Använd helst färska frukter, riktigt mogen mango och söt ananas.
Lite förberedelser krävs i form av blötläggning av nötter. Låt dem gärna ligga i blöt över natten. Räkna även med att tårtan behöver ett par timmar i frysen för att stelna.
Välj själv vilken typ av sötmandel du vill använda i botten, jag har använt skållad mandel och tillsatt lite gurkmeja för att få en lite gul nyans.
Tårtan är gjord i en liten form, ca 15 cm i diameter. Det går bra att dubbla receptet och göra tårtan i en större form så räcker den till många.

INGREDIENSER

180

Botten
100 g sötmandel
1 msk kokosolja, smält
2 tsk honung
1 krm vaniljpulver
1 liten nypa salt
1 krm gurkmeja (valfritt)

Fyllning
2 dl cashewnötter, blötlagda
0.5 dl kokosgrädde
2 st lime, saft och rivet skal
1 krm vaniljpulver
1 liten nypa salt
2 msk agavesirap
1 dl kokosolja, smält

Mangoglasyr
150 g mango, färsk eller fryst
0.5 dl kokosolja
1 tsk agavesirap

Dekoration
1 st mango, skalad och skuren i bitar
3 st ananasringar, delad i bitar
0.5 dl kokoschips

GÖR SÅ HÄR

1. Blötlägg cashewnötterna i 1 dl kallt vatten. Låt stå i rumstemperatur minst 8 timmar, gärna över natten.

2. Botten. Mixa nötterna fint i matberedare. Tillsätt kokosolja, honung, vaniljpulver och salt. Blanda till en massa som går ihop. Tillsätt ev lite gurkmeja för att få en gul nyans. Täck en liten rund form, ca 15 cm i diameter, med plastfolie. Tryck ut nötmassan i botten på formen.

3. Fyllning. Häll av vattnet från nötterna och mixa dem tillsammans med kokosgrädde, lime, vaniljpulver, salt och agavesirap i en kraftfull blender. Det ska bli en len och krämig smet. Mixa länge och väl i omgångar och skrapa ner längs kanterna emellanåt. När du fått en slät smet, rör ner kokosolja och blanda ordentligt. Häll fyllningen i formen med nötbotten, jämna till ytan och ställ i frysen ca 60 minuter.

4. Mangoglasyr. Om du använder fryst mango, låt den tina och bli rumstempererad. Mixa mangon till en puré och sila genom en finmaskig sil för att få den helt slät. Använd baksidan av en sked för att få ut så mycket som möjligt, det ska bli ca 1 dl puré. Rör ner kokosolja och agavesirap, blanda ordentligt. Häll glasyren på den halvfrusna tårtan, jämna till och ställ tillbaka tårtan i frysen för att stelna helt.

5. Servering. Lossa tårtan från formen och låt tina om den är helt frusen. Servera tårtan kall, dekorerad med färsk frukt och kokoschips.