

Fursecuri vegane, fara gluten



Laura
Sava

Incepem seria retetelor de Craciun, dragilor, cu niste fursecuri vegane, fara gluten, cu faina de cocos si ciocolata, pe care le-am facut cu gandul atat la prietenii mei vegani (de la care am invatat atatea in ultimul timp), cat si la cei care urmeaza o dieta fara gluten.

Pentru ca toata lumea trebuie sa se indulceasca putin de sarbatori, am dreptate?! ☐

Sunt niste thumbprint cookies, de fapt, umplute cu gem de zmeura si presarate cu fulgi de nuca de cocos, care, dupa coacere, se crapa pe margini ca **biscuitii truffle** si au o consistenta grozava de negresa, cu interior umed si fraged. Absolut delicioase!!!

Sper sa reusesc sa pregatesc si un **tort vegan**, demn de o sarbatoare atat de frumoasa si luminoasa cum e Craciunul! Va pup pe toti dulce

tare, prieteni dragi, vegani sau non-vegani! ☐

Ingrediente:

Pentru aluatul de fursecuri:

- 250 ml lapte de cocos, din conserva
- 100 g ciocolata neagra (65% cacao)
- 60 g ulei de cocos
- 80 g zahar brun
- 120 g faina de cocos
- 1 lingurita praf de copt

In plus:

- gem de zmeura
- fulgi de nuca de cocos

Mod de preparare:

Pentru aluatul de fursecuri, care trebuie neaparat sa stea peste noapte la frigider, se topeste ciocolata neagra, rupta in bucatele, impreuna cu laptele de cocos din conserva (incercati sa luati cat mai mult „unt de cocos” din conserva, acel strat care se separa de laptele de cocos). Se lasa apoi deoparte, sa se racoreasca.

In acest timp, se bate uleiul de cocos (sa nu fie solid, ci moale, la temperatura camerei) cu zaharul brun, intr-un bol inalt, cca. 1-2 minute, cu mixerul. Separat, se amesteca faina de cocos cu praful de copt. Compozitia cu ciocolata se toarna in bol si se amesteca scurt, iar la final se adauga faina. Se amesteca totul foarte bine, se acopera cu folie transparenta si se lasa la frigider peste noapte.

A doua zi, se incalzeste cuptorul la 180 grade C (foc potrivit) si se tapeteaza cu hartie de copt o forma mare de fursecuri. Se formeaza din aluat, cu ajutorul unei lingurite, bile egale care se aseaza in tava, la distanta unele de altele:



Se face apoi, in fiecare bila, o adancitura, cu degetul:



Fursecurile se coc cca. 22 de minute, maxim 25 de minute. Se lasa cateva minute sa se raceasca, dupa care se umplu cu gem de zmeura:



Laura Sava

La sfarsit, se presara cu fulgi de nuca de cocos:



Taaare bune!!!! <3

Laura Sava

