

Tofu-Dattel-Torte



Tofu-Dattel-Torte

Wir haben die Tofutorte vereinfacht, versucht, noch sparsamer mit dem Zucker umzugehen und für die Fülle Datteln anstelle des Rohrzuckers genommen. Aber selbstverständlich kann man die Datteln gegen 100-150 g Zucker austauschen!

Für den Boden einen Mürbteig zubereiten:

1 Tasse **Dinkelvollkornmehl**

1/4 Tasse **Rohrzucker**

Abgeriebene **Schale von 1/2 bis Ganzen Zitrone**

1/4 Tasse **Öl** +

MAXIMAL 1/4 Tasse **Wasser** miteinander in einer Schüssel verkneten und dann mit den Fingern in eine mit Backpapier ausgelegte Tortenform drücken (den Boden und ein wenig vom Rand auslegen).

600g **Tofu**

400ml **Pflanzenmilch**

1 Tasse **Datteln ohne Stein**

event. **Vanillezucker** und

2 Pkg. **Puddinpulver**

im Mixer zu einer homogenen Masse mixen, in die Tortenform gießen und bei 180 Grad mind. 1 Stunde backen.

Share this: