

# Tort vegan cu ciocolată (de post)

written by Andreea



Postez astazi acest tort special pentru ziua de Florii. La multi ani, tuturor florilor de astazi si La multi ani, mama!

Esti floarea mea cea mai de pret si cea mai iubita!

Desi am facut acest tort acum mult timp (si atunci l-am numit "I can't believe it's a vegan cake!" ☹️), am considerat ca astazi ar fi o zi potrivita sa vi-l arat si voua. Dupa cum am spus si in titlu, este un tort vegan, atat de bun si de placut la gust, incat nu ai zice ca este de post!



Daca totusi acest tort vi se pare prea mult pentru un post cumpatat, il puteti incerca si intr-o alta zi, va asigur ca o sa va placa. Ideea acestui tort a pornit de la briosele cu banane si ciocolata pe care le-am pregatit la Casa Regala in prezenta ASR Principesa Margareta.

Pe blog mai gasiti si alte deserturi de post precum: placinta cu gris de post, sau strudel cu mere de post sau placinte cu varza.

Nu uitati ca ma puteti gasi si pe Instagram pentru alte retete si Stories dragute :).

Ingrediente (pentru un blat cu diametrul de 20 cm):

3 banane foarte coapte

200ml lapte de soia

100 ml ulei

165g zahar alb

2 lingurite granule cafea solubila (ness)

2 lingurite zahar vanilat

170g faina

50 g cacao

7 g praf de copt

1/2 lingurita bicarbonat de sodiu  
1 praf sare  
pentru ciocolata:  
200 ml lapte de soia  
50g cacao  
100 g zahar brun  
1 lingurita granule cafea solubila (ness)  
2 linguri amidon  
30 ml ulei vegetal  
2 lingurite esenta de rom



Incingem cuptorul la 190 grade Celsius, ungem cu ulei o forma de tort cu diametrul de 20 de cm, tapetam fundul ei cu hartie de copt. Intr-un castron pasam bananele cu ajutorul unei furculite, pana obtinem un piure fin. Peste banane turnam laptele de soia, zaharul, uleiul, zaharul vanilat si granulele de cafea, amestecam totul cu ajutorul unui tel pana ce zaharul incepe sa se dizolve. Intr-un alt castron incapator amestecam faina, cacaoa, praful de copt, bicarbonatul si sarea, iar peste acest amestec adaugam treptat compozitia de banane si lapte de soia. Amestecam usor cu telul pana ce toate se incorporeaza bine.

Turnam compozitia in forma de tort pregatita anterior si dam la cuptorul incins pentru 40-50 de minute. Daca introducem o scobitoare in blatul copt, aceasta trebuie sa iasa uscata si fara urme vascoase de ciocolata.

Lasam blatul sa se raceasca complet.



Intre timp pregatim ciocolata:

Intr-un ibric amestecam laptele de soia, cacaoa, zaharul si granulele de cafea. Dam ibricul pe foc si lasam sa fiarba pana ce compozitia incepe sa clocoteasca. Intr-un castronel amestecam amidonul cu 3 linguri de lapte de soia si turnam in ibric, lasam sa fiarba totul pana ce compozitia devine ca o budinca subtire. La sfarsit adaugam uleiul si esenta de rom. Mai amestecam o data bine si lasam sa se raceasca.



Taiem blatul in 3 felii egale. Asezam prima felie pe platoul de servit, punem un sfert din compozitia de ciocolata, acoperim cu cel de-al doilea blat. Din nou turnam ciocolata si acoperim cu cel de-al treilea blat. Peste toate cele trei

blaturi turnam restul de ciocolata astfel incat sa obtinem  
niste dare frumoase de ciocolata.



Dam tortul la frigider pentru 30 de minute, dupa care il putem  
orna cu fructe, alune, migdale, fistic, sau ce mai dorim. Eu  
am optat pentru capsune si coacaze, iar in centru am pus putin  
fistic tocat.



Un tort satios si delicios. Sper sa va placa!



Enjoy!