



Ölmühle Starlinger

Hildegard Starlinger

Kimmerting 96

4151 Oepping

info@oelmuehle-starlinger.at

www.oelmuehle-starlinger.at

Telefon: +43 7289 21031

Rohkosttorte:

Apfel-Erdbeertorte

Zutaten:

300g Erdmandeln geschält, 350g Datteln, 125g Goldlein, 150g Kokosraspeln, 600g Äpfeln, 250g Erdbeeren 1 Zitrone, 2 EL Flohsamenschalen, 150g Kokosmus, 125ml Kokossi Kurkuma, 125ml Kokossi Lucafe

Zubereitung:

Boden

Erdmandeln 1 Std. in Wasser einweichen, Wasser abseihen und fein Mixen, Goldlein mind. 2 Std. mit 125 ml Wasser einweichen
Die eingeweichten Datteln abseihen und fein mixen

200g Datteln, Erdmandeln, Goldlein, Kokosraspeln mit 1 EL Zitronenschale (fein gerieben) gut durchkneten und in die Tortenform fest eindrücken

Füllung1

Zuerst Kokossi Kurkuma bei 30°C anwärmen, den Saft eine ½ Zitrone auspressen,
250g Äpfel fein raspeln und gleich mit Zitronensaft und Kokossi Kurkuma vermischen, 250 g Äpfel spalten, Äpfel, 50g Datteln und 1EL Flohsamenschalen fein mixen und gleich in die Tortenform füllen

Füllung2

Kokosmus bei 30°C anwärmen

Die leicht aufgedauten Erdbeeren mit 100g Äpfeln und 100g Datteln fein mixen, 1 El Flohsamenschalen dazu rühren, 150g Kokosmus einrühren und in die Form füllen

Obere Schicht

Kokossi Lucafe bei 30°C anwärmen und auf die Torte geben, vorher Kokossi Galgant anwärmen, auf ein Backpapier aufstreichen und bevor es wieder ganz fest ist Herzen ausstechen und damit Torte verzieren und mit Kokosraspeln bestreuen

