

Miso karamelli vegan çikolata kapları

toplam süre **45 dak.** 35 dak. hazırlık süresi 10 dak. pişme süresi

Besin değeri (porsiyon başı):
1.356 kJ / 324 kcal

Yağ: **20 gr** Protein: **5 gr**
Karbonhidrat: **34 gr**

MALZEMELER

6 porsiyon

Miso karamel:

10 gr vegan tereyağı
30 gr şeker (vegan)
30 gr yoğun hindistan cevizi
kreması

2 tatlı kaşığı açık miso
1 yemek kaşığı Kikkoman Doğal Olarak
Fermente Soya Sosu

Erlikli nugat::

30 gr yulaf ezmesi
80 gr kuru erik
10 gr rendelenmiş hindistan
cevizi

1 yemek kaşığı fıstık ezmesi

1 tatlı kaşığı tahin

1 yemek kaşığı akçaağaç şurubu

0,5 yemek kaşığı Kikkoman Doğal Olarak
Fermente Soya Sosu

Ek olarak:

170 gr vegan bitter çikolata
(70%)

1 tatlı kaşığı hindistan cevizi yağı

2 tatlı kaşığı susam

HAZIRLANIŞ

Adım 1

10 gr vegan tereyağı - **30 gr** şeker (vegan) - **30 gr** yoğun hindistan cevizi kreması - **2 tatlı kaşığı** açık miso - **1 yemek kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
Tereyağını küçük bir sos tenceresinde eritin. Şeker, hindistan cevizi kreması, miso ve Kikkoman Soy Sauce ekleyin. Çırparak karıştırın. Kısık ateşte yaklaşık 10 dakika sık sık karıştırarak pişirin. Karışım koyulaşıp karamelize olduğunda bir kaseye alın ve tamamen soğumaya bırakın.

Adım 2

30 gr yulaf ezmesi - **80 gr** kuru erik - **10 gr** rendelenmiş hindistan cevizi - **1 yemek kaşığı** fıstık ezmesi - **1 tatlı kaşığı** tahin - **1 yemek kaşığı** akçaağaç şurubu - **0,5 yemek kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
Yulaf ezmesini mutfak robotunda ince olana kadar çekin. Kuru erik, rendelenmiş hindistan cevizi, fıstık ezmesi, tahin, akçaağaç şurubu ve Kikkoman Soy Sauce ekleyin. Yapışkan, nugat benzeri bir karışım elde edene kadar çekin. Elleriniz hafifçe ıslakken küçük toplar yapın, üzerine biraz bastırarak düzleştirin ve bir tabağa dizin.

Adım 3

170 gr vegan bitter çikolata (70%) - **1 tatlı kaşığı** hindistan cevizi yağı
Bir sos tenceresinde az miktarda su ısıtın. ikolatanın üçte ikisini ve hindistan cevizi yağın ısıya dayanıklı bir kaba alın. Kapa tencerenin üzerine oturtup benmari usulü sürekli karıştırarak eritin. Ocaktan alın, biraz soğutun. Kalan çikolatayı ekleyip karıştırın. Gerekirse çok kısa bir süre tekrar ısıtın.

Adım 4

2 tatlı kaşığı susam

Her kalıbın dibine yaklaşık 3 çay kaşığı eritilmiş çikolata dökün ve taban ile kenarları yaklaşık 3,5 cm yüksekliğe kadar kaplayın. 5 dakika buzdolabında veya 3 dakika dondurucuda soğutun. Aynı işlemi iki kez daha tekrarlayın.

İnce bir nugat tabakası yerleştirip hafifçe bastırın. Üzerine miso karamel ekleyin ve 10 dakika buzdolabında bekletin. Son olarak kalan çikolatayla üstünü kaplayın, düzleştirin ve susam serpin. 5 dakika daha soğutun.