

# Ciasto „Fale Dunaju”

*Z dzieciństwa pamiętam wizyty u krewnych i zajadanie się ciastem o nazwie “Fale Dunaju”. Jasno-ciemny biszkopt z zanurzonymi w nim owocami pokryty budyniową masą i polewą. Owoce jakby “tworzą fale” w dwukolorowym biszkopcie □ Oczywiście po latach musiałam odtworzyć to przepis, ale w wersji roślinnej. I ciasto wychodzi wyśmienite!*



*Najstarszy syn daje mu maksymalną liczbę punktów w naszej wewnętrznej skali. Najmłodszy synek jeszcze nie za dużo mówi,*

ale zjada je z wielkim smakiem pomrukując od czasu do czasu i wołając o jeszcze. A Mąż twierdzi, że ten placek jest przepyszny, ale ma jedną wadę: zdecydowanie za szybko się kończy. Polecam! ☐





### **Składniki (blaszka o wymiarach 21 cm x 26 cm):**

#### *Ciasto:*

- 2 szklanki (480 ml) mąki orkiszowej (ja używam zwykle typu 700)
- 1 łyżeczka (5 ml) sody oczyszczonej
- 1 łyżeczka (5 ml) proszku do pieczenia
- 1/3 szklanki (80 ml) cukru brązowego lub ksylitolu
- 1 łyżka (15 ml) octu jabłkowego
- 1 1/4 szklanki (300 ml) mleka roślinnego
- 1/3 szklanki (80 ml) oleju
- 1 łyżka (15 ml) kakao

#### *Masa budyniowa:*

- 400 ml mleka kokosowego (1 puszka)
- 2 szklanki (480 ml) mleka roślinnego
- 1 budyń śmietankowy bez cukru
- 1 budyń waniliowy bez cukru
- 2 łyżeczki (10 ml) agaru (roślinnego odpowiednika

żelatyny)

- 1/2 szklanki (120 ml) cukru trzcinowego

*Nadzienie:*

- 3-4 jabłka

*Dekoracja:*

- ulubiona gorzka czekolada lub polewa czekoladowa według [tego przepisu](#)

**Wykonanie:**

Piekarnik nagrzewamy do temperatury 180 stopni C.

Mąkę przesiewamy przez sito, podobnie jak proszek do pieczenia i sodę. Dodajemy cukier i dokładnie mieszamy.

W większej misce mieszamy mleko, ocet i olej i dodajemy do mąki. Całość mieszamy aż do uzyskania jednolitego ciasta.

Połowę ciasta wykładamy na blaszkę wyłożoną papierem do pieczenia.

Do pozostałej masy dosypujemy kakao przesiane przez sitko i dokładnie mieszamy. Wkładamy na jasne ciasto.

Na wierzchu układamy obrane kawałki jabłek pokrojone w ćwiartki lub ósemki w zależności od wielkości.

Pieczemy przez około 20-25 minut albo aż patyczek wetknięty w ciasto będzie suchy. Ciasto odstawiamy do przestudzenia.



Następnie przystępujemy do przygotowania masy budyniowej. W garnku z grubym dnem mieszamy mleko kokosowe, sojowe, budynie, agar i cukier. Całość zagotowujemy, skręcamy ogień i gotujemy często mieszając aż uzyskamy konsystencję gęstego budyniu.

Gotową masę wykładamy na upieczone wcześniej ciasto równomiernie rozprowadzając. Zostawiamy do przestudzenia, a później wkładamy do lodówki, żeby masa lepiej stężała.

Przed podaniem posypujemy startą czekoladą lub polewamy czekoladowym ganache według [tego przepisu](#) .

Podajemy z ulubioną herbatką ☐

### ***Uwagi praktyczne:***

Koniecznym jest być dokładnie 10 ml agaru w proszku – jak pisze w przepisie. Warto pamiętać, że w zależności od tego, jak tłustego mleka kokosowego z puszki użyjemy (7% czy 19% tłuszczu) to konsystencja masy budyniowej będzie troszkę inna

(im bardziej tłuste tym masa sztywniejsza). Ale po potrzymaniu przez kilka godzin (najlepiej przez noc w lodówce) będzie dobrze stężałe.

Smacznego!

P.S. Na zdjęciach ciasto z jabłkami, ale można użyć również śliwek, wiśni, czereśni.

- **Spodobał Ci się ten przepis? To bardzo się cieszę ☺  
Będzie mi miło, jeśli skomentujesz i udostępnisz! Dzięki Tobie będzie on miał szansę dotrzeć do kogoś, kto być może potrzebuje go przeczytać.**
- **Obserwuj mnie na Facebooku [lamarida.pl](https://www.facebook.com/lamarida.pl) FB**
- **Śledź mnie na Instagramie [lamarida.pl](https://www.instagram.com/lamarida.pl) Instagram**
- **Dziękuję i pozdrawiam! ☺**