

# **Słonecznikowiec, czyli czekoladowe ciasto ze słonecznikiem**

*Oto kolejny "zweganizowany" przeze mnie przepis, tym razem na popularne ciasto ze słonecznikiem, czyli tzw. słonecznikowiec. To niesamowicie pysznie wilgotne kakaowe biszkopty przełożone karmelową masą z prażonym słonecznikiem przykryte kokosową puszystą pierzynką i posypane prażonym słonecznikiem, a jakże □ Wyśmienite ciasto, nie tylko do kawy □  
**Polecam!***





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

### *Biszkopt:*

- 2 szklanki (480 ml) mąki orkiszowej (ja używam typu 700)
- 1 łyżeczka (5 ml) proszku do pieczenia
- 1/2 szklanki (120 ml) brązowego cukru lub ksylitolu
- 2 łyżki (30 ml) niesłodzonego kakao
  
- 1 1/4 szklanki (300 ml) mleka roślinnego
- 1 łyżka (15 ml) octu jabłkowego
- 1/3 szklanki (80 ml) oleju

### *Masa słonecznikowa:*

- 2 szklanki (480 ml) ziaren słonecznika
- masa kajmakowa według [tego przepisu](#)

### *Ponch:*

- 3/4 szklanki (180 ml) kawy rozpuszczalnej:
  - 1 łyżeczka (5 ml) kawy rozpuszczalnej na 180 ml gorącej wody – ale nie wrzątku!

### *Domowa bita śmietana (na wierzch):*

- 2 puszki (po 400 ml) tłustego mleka kokosowego z puszki (przynajmniej 85% zawartości tłuszczu) schłodzonego przez co najmniej dwie doby w lodówce
- 3 łyżki (45 ml) cukru pudru
- 2 łyżki (30 ml) mąki ziemniaczanej

## **Wykonanie:**

### *Biszkopt:*

Mąkę, proszek do pieczenia i kakao przesiewamy przez sitko do większej miski. Dosypujemy cukier i mieszamy

W drugim naczyniu mieszamy mleko, ocet i olej, a całość ma konsystencją przypominając twaróg.

Mokre składniki wlewamy do suchych i dokładnie mieszamy.

Błaszke wykładamy papierem do pieczenia i wlewamy na nią czekoladową masę.

Biszkopt pieczemy w temperaturze 180 stopni C (ja włączam termoobiegiem) przez około 20-25 minut albo aż patyczek wetknięty w ciasto będzie suchy.

Upieczony biszkopt lekko studzimy, po czym wyciągamy z formy i wykładamy na blaszkę, żeby przestygł. Następnie po wystudzeniu kroimy podłużnie na pół.

*Ponch:*

Do filiżanki wsypujemy kawę i zalewamy gorącą, ale nie wrzącą wodę. Dokładnie mieszamy aż do rozpuszczenia i odstawiamy do przestygnięcia.

*Masa słonecznikowa:*

W czasie, gdy nasz kawowy ponch stygnie, na suchej patelni z grubym dnem prażymy pestki słonecznika. Ja robię to w kilku małych porcjach, żeby się nie przypalił. Potem, odkładamy 3 łyżki uprażonych ziaren słonecznika, żeby później nimi udekorować wierzch słonecznikowca. Resztę lekko rozdrabniamy – można posiekać nożem albo użyć blendera.

Do blaszki wkładamy jeden blat biszkoptu i nasączamy go połową ponchu używając np. silikonowego pędzelka.

Masę kajmakową przygotowujemy według [tego przepisu](#) i zaraz po ściągnięciu z ognia dodajemy do niej uprażone wcześniej i posiekane ziarna słonecznika i dokładnie mieszamy.

Wykładamy masę słonecznikową na nasączony blat, wyrównujemy i układamy na niej drugi blat lekko dociskając. Następnie, nasączamy go resztą ponchu. Wstawiamy do lodówki na czas przygotowania domowej wegańskiej bitej śmietany.

*Domowa bita śmietana (na wierzch):*

Przewracamy dobrze schłodzone puszki mleka kokosowego do góry dnem (względem tego jak chłodziły się w lodówce), otwieramy i odlewamy płyn, a stałą część wykładamy do wysokiego garnka. Płynu nie wylewamy – przyda się do koktajlu ☐ Białą część ubijamy aż będzie sztywna, po czym dodajemy w małych ilościach (po łyżce) mąkę i cukier i miksujemy aż cukier się rozpuści i nie będzie wyczuwalny. Gotową masę wykładamy na wierzch słonecznikowca i wyrównujemy. Wstawiamy do lodówki na kilka godzin, a najlepiej na noc.

Przed podaniem dekorujemy odłożonymi wcześniej ziarnami prażonego słonecznika.

Smacznego!