

265. Sernik na zimno z fasoli / Unbaked bean cheesecake



Bezglutenowy sernik na zimno w wersji wege

Na koniec starego roku dzielimy się z Wami prawdziwym wegańskim i bezglutenowym rarytasem. Sernik na zimno z fasoli na pewno może być hitem sylwestrowej nocy jak również każdej innej imprezy, podczas której przygotowuje się [słodkości](#) dla tych, których organizmy nie tolerują glutenu lub laktozy, jak i dla tych, którzy jadają tradycyjnie. Odcinek tradycyjnie ma angielskie napisy przygotowane przez [Translab](#).

Możecie więc wysłać go swoim anglojęzycznym znajomym, którym przy okazji złożyć od nas życzenia: Smacznego, na zdrowie i szczęśliwego Nowego Roku!

 At the end of the old year, we're sharing a real vegan and gluten-free delicacy. Bean no-bake cheesecake may definitely be a hit at a New Years Eve party for which you prepare sweets for those whose bodies don't tolerate gluten or lactose as well as those who have a traditional diet. As usual, the episode has English subtitles prepared by [Translab](#).

So you can send it to your English-speaking friends and give them our best wishes: Enjoy it, it's good for you! And have a happy New Year!

Czas przygotowania: 2 godziny + czas moczenia fasoli i chłodzenia / 2 hours + bean soaking and cooling time

Ilość: 1 duża tortownica / 1 large springform pan

Składniki - sernik: / Ingredients - cheesecake:

- 400 g fasoli Jaś / jack bean
- 200 g brązowego cukru / brown sugar
- 250 ml mleczka kokosowego / coconut milk
- 150 ml wody / water
- 150 ml soku z cytryny / lemon juice
- 100 g tłuszczu kokosowego / coconut oil
- 2 łyżki skórki pomarańczowej / 2 tablespoons candied orange peel
- Skórka otarta z 4 cytryn / zest of 4 lemons
- 1 łyżka esencji z wanilii / 1 tablespoon of vanilla essence
- 1 łyżka agaru / 1 tablespoon agar

Składniki - spód: / Ingredients - crust:

- 15 dag płatków owsianych / 150 g porridge oats
- 10 dag suszonej żurawiny / 100 g dried cranberries

- 10 dag tłuszczu kokosowego / 100 g coconut oil

Składniki - galaretka: / Ingredients - jelly:

- 2 limonki / 2 limes
- 100 ml wody / water
- 4 łyżki cukru brązowego / 4 tablespoons brown sugar
- 1 łyżeczka agaru / 1 teaspoon agar

Sposób przygotowania: / Instructions:



Pyszny sernik z fasoli: jak go przygotować?

Aby przygotować smaczny sernik na zimno z fasoli, fasolę zalewamy wodą i moczymy przez całą noc, następnie odcedzamy i gotujemy w świeżej wodzie aż zmięknie. W tym czasie miksujemy płatki owsiane, dodajemy do nich sparzoną żurawinę oraz 10 dag tłuszczu kokosowego i jeszcze raz miksujemy. Tak powstałą masę wykładamy dno tortownicy. Myjemy i sparzamy cytryny oraz ocieramy z nich skórkę, a następnie wyciskamy sok. Ugotowaną fasolę przecedzamy, miksujemy ze skórką otartą z cytryn, w trakcie miksowania dodając sok z cytryn aż uzyskamy idealnie gładką masę. Do garnka wlewamy mleczko kokosowe, dodajemy brązowy cukier, kandyzowaną skórkę pomarańczową oraz esencję waniliową i zagotowujemy. Do wody wsypujemy agar, mieszamy i dodajemy do gotującego się mleczka. Gotujemy na małym ogniu cały czas mieszając przez 3 minuty i dodajemy masę z fasoli. Dokładnie mieszamy, doprowadzamy jeszcze raz do wrzenia i wlewamy do wyłożonej masą owsianą tortownicy. Odstawiamy na bok aby całość wystygła, a następnie umieszczamy w lodówce na ok. 1 godzinę. Gdy bezglutenowy sernik na zimno będzie sztywny przygotowujemy galaretkę. Z umytych i sparzonych limonek ocieramy skórkę i wyciskamy sok. Do rondelka wlewamy wodę wymieszaną z agarem, sok z limonek, dodajemy cukier oraz skórkę otartą z limonek i całość mieszając gotujemy na małym ogniu przez 2-3 minuty. Ugotowaną galaretkę wlewamy na wystudzony sernik i wyrównujemy powierzchnię. Odstawiamy jeszcze na chwilę do lodówki aby galaretka stężała i przepyszny sernik z fasoli jest gotowy do zjedzenia. Możemy go oczywiście jeszcze udekorować np. kokosową bitą śmietaną z przepisu na tartę czekoladową. Smacznego i na zdrowie!

Sprawdź także inne receptury dostępne na naszej stronie, takie jak np. przepis na [bezglutenowe gofry ziemniaczane](#) czy [wegański krem czekoladowo orzechowy](#).



Pour water over the beans and soak them overnight. Than drain them and boil in fresh water until they soften. In the meantime, grind porridge oats, add scalded cranberries and 100 g of coconut oil to it and mix it together. Spread the pulp which you have received on the bottom of the springform pan. Wash and scald the lemons. Grate their peel and then juice them. Drain the boiled beans, mix them together with lemon zest. During the mixing add lemon juice as you mix it until smooth. Pour coconut milk into a pot. Add brown sugar, candied orange peel and vanilla essence. Boil it up. Put agar in water, mix it and add to the boiling milk. Keep simmering it and don't stop stirring for three minutes. Add the bean pulp. Mix it thoroughly, boil it up again and pour it into the springform pan with the porridge oats on the bottom. Leave it until it all cools

and then put into the fridge for about 1 hour. When the cheesecake is congealed, prepare the jelly. Grate the washed and scalded limes' peel and juice them. Pour water with agar dissolved in it and lime juice into a sauce pan. Add sugar and lime zest. Keep stirring it and simmer for 2-3 minutes. After that, pour the jelly on the cooled cheesecake and smooth its surface. Put it into the fridge for another moment so that the jelly sets and the delicious cheesecake is ready for eating. You can also decorate it with coconut whipped cream from the chocolate tart recipe. Enjoy it! It's good for you!

When you have no time to cook, visit our shop for other dishes: <https://ateliersmaku.pl/sklep/>