KIKKOMAN

Cheesecake vegan à la mousse de mangue

durée totale **260 min.** **20 min.** temps de préparation **240 min.** temps de refroidissement

Données nutritionnelles (par portion):
1.717 kJ / 410 kcal

Matières grasses: **24 g** Protéines: **11 g**
Glucides: **35 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

Base du cheesecake :

100 g	de noix ou de noix de cajou
60 g	d'avoine sans gluten
3 càs	de sirop d'érable
1 càc	d'huile de coco
0,5 càs	Tamari sauce soja sans gluten fermentation naturelle Kikkoman

Cheesecake :

300 g	de tofu nature
100 ml	de lait de coco
0,5 càs	Tamari sauce soja sans gluten fermentation naturelle Kikkoman
2 càc	d'agar-agar (ou 2 cuillères à soupe de gélatine végétale)
50 ml	de jus de citron
3 càs	de sirop d'agave ou de sirop d'érable
1 càc	de pâte de vanille
1 càs	d'huile de coco

Mousse à la mangue :

200 g	de pulpe de mangue mûre
1 càs	de sirop d'érable
1 càc	de jus de citron
0,5 càc	d'agar-agar (ou 1 cuillère à soupe de gélatine végétale)

Garniture :

50 g	de framboises

PRÉPARATION

Étape 1

100 g de noix ou de noix de cajou - **60 g** d'avoine sans gluten - **3 càs** de sirop d'érable - **1 càc** d'huile de coco - **0,5 càs** Tamari sauce soja sans gluten fermentation naturelle Kikkoman
Mixer les noix, l'avoine, le sirop d'érable, l'huile de coco et la sauce soja sans gluten Kikkoman jusqu'à obtenir une texture collante.

Presser fermement le mélange dans le fond d'un petit moule à gâteau et mettre au réfrigérateur.

Étape 2

300 g de tofu nature - **100 ml** de lait de coco - **0,5 càs** Tamari sauce soja sans gluten fermentation naturelle Kikkoman - **2 càc** d'agar-agar (ou 2 cuillères à soupe de gélatine végétale) - **50 ml** de jus de citron - **3 càs** de sirop d'agave ou de sirop d'érable - **1 càc** de pâte de vanille - **1 càs** d'huile de coco
Mixer le tofu avec le lait de coco, la sauce soja sans gluten Kikkoman, l'agar-agar, le jus de citron, le sirop d'agave, la pâte de vanille et l'huile de coco jusqu'à obtenir une consistance lisse. Verser le mélange dans une casserole, porter à ébullition et laisser cuire 2 minutes en remuant régulièrement. Laisser refroidir légèrement, étaler uniformément sur la base refroidie et mettre au réfrigérateur.

Étape 3

200 g de pulpe de mangue mûre - **1 càs** de sirop d'érable - **1 càc** de jus de citron - **0,5 càc** d'agar-agar (ou 1 cuillère à soupe de gélatine végétale) - **50 g** de framboises - **1 càc** de pétales de bleuet séchés - Quelques feuilles de menthe pour la

1 càc	de pétales de bleuet séchés Quelques feuilles de menthe pour la décoration	décoration Mixer la mangue avec le sirop d'érable, le jus de citron et l'agar-agar. Verser le mélange dans une casserole et faire cuire environ 2 minutes en remuant constamment. Laisser refroidir légèrement, puis étaler la mousse de mangue uniformément sur le cheesecake. Décorer avec les framboises, les pétales de bleuet et les feuilles de menthe. Laisser refroidir au moins 4 heures, idéalement toute la nuit, avant de servir.