



reteta-video.ro

# Tort cu Blat fara Gluten, Mousse de Portocale, Mousse de Iaurt si Banane si Glazura de Ciocolata

Nu-mi plac lucrurile complicate, dar asta cred ca stiti deja. Incerc sa pastrez totul cat mai simplu, cu ingrediente cat mai accesibile, ca cei care ma urmaresc sa reuseasca sa pregateasca cu usurinta retetele propuse. Dar pentru ca se apropie Sarbatorile, am de este momentul sa ne rasfatam! Cei care nu au intoleranta la gluten pot folosi faina normala. Si pentru ca cel mai bun desert este ciocolata 😊, am zis sa fie **tort cu blat fara gluten, mousse de portocale, mousse de iaurt si banane si glazura de ciocolata** este complicat, desi asa pare. Trebuie doar sa aveti rabdare pentru ca mousse-ul sa se intareasca si sa aveti grija atunci cand p gelatina. Este un tort racoros, cu un **mousse de portocale** facut dupa reteta clasica, aerat si parfumat. Pentru **mousse-ul de i banane**, chiar am simplificat lucrurile, si am facut un fel de smoothie fin, pe care uneori noi il servim si simplu (mai ales vara, cu fru sezon). **Blatul de tort fara gluten**, cu multa cacao, cred ca este cel mai simplu si mai rapid facut vreodata, iar **glazura de ciocolata** cea pe care o puteti folosi oricand si pentru orice prajitura! Si desi nu sunt experta in dulciuri, cu atat mai mult la torturi, cei din fam afirmat ca este cel mai bun tort mancat vreodata! Acum ei sunt cu siguranta subiectivi, dar sper sa-l incercati si voi si-mi spuneti p voastra!

## **INGREDIENTE TORT CU BLAT FARA GLUTEN, MOUSSE DE PORTOCALE, MOUSSE DE IAURT SI BANANE SI GLAZURA DE CIOCOLATA**

### **PENTRU BLAT DE TORT (FARA GLUTEN)**

200 g de faina (fara gluten)  
200 g de zahar  
60 g de cacao  
85 ml de ulei  
200 ml de apa  
3 oua  
un plic cu praf de copt  
o lingurita cu esenta de vanilie  
sare

### **PENTRU MOUSSE DE PORTOCALE**

3 galbenusuri  
3 albusuri  
200 ml de suc de portocale, proaspat stors  
200 ml de smantana pentru frisca  
12 g de gelatina  
80 g de zahar  
sare

### **PENTRU MOUSSE DE IAURT SI BANANE**

2 banane  
300 g de iaurt grecesc  
zeama stoarsa de la o jumătate de portocala  
o lingura cu zahar brun  
10 g de gelatina  
2 linguri cu apa calda

### **PENTRU GLAZURA DE CIOCOLATA**

250 g de ciocolata neagra (minim 60% continut de cacao)  
200 ml de smantana pentru frisca  
boabe de rodie

## **MOD DE PREPARARE TORT CU BLAT FARA GLUTEN, MOUSSE DE PORTOCAL, MOUSSE DE IAURT SI BANANE SI GLAZURA DE CIOCOLATA**

### **PASUL 1**

Pregatim **blatul pentru tort** – punem zaharul peste faina, praful de copt, un varf de lingurita cu sare si praful de cacao si amestecam toate ingredientele uscate.

### **PASUL 2**

Incalzim cuptorul.

### **PASUL 3**

Pregatim robotul de bucatarie pentru mixat in vasul caruia punem cele 3 oua, apa, esenta de vanilie si uleiul si batem energic (putem folosi si un mixer de mana).

### **PASUL 4**

Adaugam o ceasca din ingredientele uscate si mixam timp de 1 minut. Adauga ceasca cu ceasca amestecul de ingredient solide si mixam timp de un minut, de fiecare data, adunand si ce se depune pe peretii bolului.

### **PASUL 5**

Dupa ce terminam de pus ingredientele uscate, mixam energic pentru inca 2 minute.

### **PASUL 6**

Pregatim o tava pentru tort cu peretii detasabili, cu diametrul de 22 cm, in care aranjam hartie pentru copt si turnam aluatul pentru tort.

### **PASUL 7**

Introducem tava in cuptorul incalzit la 220 de grade pentru aproximativ 30 de minute.

### **PASUL 8**

Cand blatul pentru tort trece testul scobitorii, il scoatem din cuptor, il lasam sa se raceasca 10 minute, desfacem hartia pentru tort si aranjam pe o farfurie, apoi il lasam sa se raceasca complet.

### **PASUL 9**

Cand blatul este rece, pregatim **mousse-ul de portocale**. Punem gelatina (12 g) peste sucul de portocale (200 ml) si o lasam 10 minute sa se rehidrateze.

### **PASUL 10**

Dupa cele 10 minute, pregatim aragazul si un vas cu apa, pe care o incalzim, iar deasupra acesteia asezam un vas termorezistent in care am pus amestecul de gelatina. Amestecam foarte des, fara sa lasam sa fiarba, pana cand gelatina este topita, apoi o lasam sa se raceasca racoreasca pana cand ajunge la temperatura camerei.

### **PASUL 11**

Punem cele 80 g de zahar peste cele 3 galbenusuri si mixam (aproximativ 10 minute), pana cand zaharul se topeste, amestecam si tripleaza volumul si devine albicios. Adaugam sucul de portocale amestecat cu gelatina si racorit, omogenizam si apoi punem in frigider.

### **PASUL 12**

Punem albusurile, aflate la temperatura camerei, intr-un bol, cu putina sare si batem spuma. Inainte de a bate albusurile degresam paletele mixerului cu o felie de lamaie si le stergem bine. Mixam pana cand obtinem o spuma ferma, ce nu mai cade de pe paletele telului.

### **PASUL 13**

Punem spuma de albusuri peste amestecul de galbenusuri, zahar, suc de portocale si gelatina, amestecam usor cu o spatula, apoi o lasam in frigider.

### **PASUL 14**

Intr-un bol degresat, punem cei 200 ml de smantana pentru frisca si incepem sa batem. Paletele mixerului si bolul, dar si smantana trebuie sa fie reci (eu le-am pus 15 minute in congelator). Folosim un bol inalt si mixam intai la viteza mica, apoi marim treptat viteza pana cand paletele telului lasa urme in frisca intarita.

### **PASUL 15**

Punem frisca peste crema de oua si amestecam incet, cu o spatula, pana la omogenizarea completa.

### **PASUL 16**

Imbracam inelul detasabil al formei pentru tort cu folie alimentara si il asezam peste blatul racit.

### **PASUL 17**

Rasturnam deasupra mousse-ul de portocale, nivelam apasand usor, il acoperim cu folie alimentara, verificam ca este bine tapetata si punem tortul in frigider pentru cateva ore (sau mai bine peste noapte), sau in congelator pentru minim o ora.

### **PASUL 18**

Cand mousse-ul de portocale este intarit, pregatim **mousse-ul de iaurt si banane**.

### **PASUL 19**

Presaram gelatina (10 g) deasupra sucului de portocale, amestecam si o lasam 10 minute sa se rehidrateze.

### **PASUL 20**

Pregatim un blender in care punem bananele, zaharul brun si iaurtul grecesc si mixam pana cand obtinem un smoothie fin.

### **PASUL 21**

Punem doua linguri cu apa fierbinte peste gelatina rehidratata (10 minute) si amestecam pana cand gelatina se topeste si obtinem un lichid, pe care il turnam peste smoothie-ul de banana si iaurt. Apoi mixam 1-2 minute.

### **PASUL 22**

Scoatem tortul cu mousse de portocale (intarit) din frigider, desfacem folia de deasupra si turnam peste el mousse-ul de iaurt si banane. Acoperim din nou cu folie alimentara si punem desertul la rece pentru 3-4 ore, pana cand mousse-ul se intareste.

### **PASUL 23**

Pentru ornat pe margini, topim 50 g de ciocolata neagra pe baine de aburi, o rasturnam pe o hartie de copt si o intindem cu o spatula intr-un strat subtire si uniform. O lasam sa se raceasca cat sa nu mai fie lipicioasa pe degete. Daca vrem sa avem patrale de ciocolata egale in jurul tortului, masuram cu o rigla si taiem cu un cutit bine ascutit, apoi o punem in frigider, acoperita cu folie si cu un tocator deasupra. Daca vrem forme neregulate (asa cum am ales eu), intai lasam ciocolata sa se intareasca bine in frigider, tot cu ceva deasupra, apoi o rupem in bucati.

### **PASUL 24**

Cand mousse-ul de iaurt si banane este intarit, pregatim o cratita cu fund gros, in care punem cele 200 g de ciocolata neagra pentru **glazura** si 150 ml de smantana pentru frisca.

### **PASUL 25**

Pregatim aragazul si lasam glazura la foc mic, amestecand continuu, pana cand ciocolata se topeste (nu trebuie sa ajunga la punctul de fierbere!). Inchidem aragazul si punem cei 50 ml de smantana pentru frisca ramasi. Amestecam energic cu un tel, apoi lasam glazura sa se raceasca, pana cand ajunge la temperatura camerei.

**PASUL 26**

Scoatem tortul din frigider, desfacem inelul detasabil si indepartam folia alimentara.

**PASUL 27**

Lipim bucatelele de ciocolata (sau patratele), scoase din frigider, pe lateralele tortului, prin simpla apasare. Desertul fiind rece, ciocolata la temperatura camerei, se vor lipi foarte usor. Daca nu reusiti, puteti sa le inmuiati putin in glazura de ciocolata.

**PASUL 28**

Turnam deasupra tortului glazura racorita, dar inca lichida si ornăm, cu boabe de rodie (sau cu alte fructe).

**PASUL 29**

Stergem cu un servetel umed glazura cazuta pe marginile platoului si punem tortul in frigider pana cand glazura se intareste.

**PASUL 30**

In momentul servirii pregatim un pahar cu apa fierbinte si un cutit bine ascutit. Inmuiem lama cutitului in apa fierbinte, o stergem si incet, de sus pana jos, prima taietura. Stergem cutitul, il inmuiem din nou in apa fierbinte, il stergem si facem la fel si urmatoarele taieturi.

**PASUL 31**

Servim.

***Aceasta este recomandarea Reteta Video pentru Tort cu Blat fara Gluten, Mousse de Portocale, Mousse de laur si Banane si Glazura de Ciocolata.***

***POFTA BUNA!***