

Formatge cremós d'herbes i alls amb fruits secs



Li estem trobant el gust al formatge vegà fet amb fruits secs. Aquest és una versió crua i vegana d'un formatge crema amb gust d'herbes i all. Tot el procés dura 3 dies però cada pas triga només uns minuts, quasi tot és repòs. Val la pena fer-lo primer perquè és vegà i no maltractes cap animal i segon perquè és molt gratificant saber que ho heu fet vosaltres mateixos.

A l'hora d'acabar-lo li pots donar forma de rulo, o posar-lo en un motlle. M'agrada embolicar-lo i donar-li aquesta forma rodona més casolana.

El rejuvelac és una espècie d'aigua de gra que va ser inventada i promoguda per Ann Wigmore , nascuda a

Cropos, Lituània. La beguda està estretament relacionada amb una beguda tradicional romanesa , anomenada borș, un segó de blat sarraí fermentat que es pot utilitzar per fer una sopa àcida anomenada ciorbă o com a base per als formatges vegans.

I tinc una sort increïble, per ara tots els formatges vegans que hem fet son sense gluten.... així que

Sense gluten, vegà

Formatge crema vegà d'herbes i all

Per 16 racions

Temps: Temps total 3 dies: Temps de preparació 30 minuts, Temps de cuina 0 minuts, Temps de repòs 23 hores i 30 minuts.

Ingredients:

- 1 1/2 tassa d'anacard, en remull durant un mínim de 12 hores o fins a 1 dia
- 1 tassa d'ametlles crues, remullades 12 hores i després pelades
- 1/2 tassa de rejuvelac o 2 càpsules probiòtiques amb 1/2 tassa d'aigua filtrada
- 1/2 tassa de llevat nutricional
- 1/2 -1 culleradeta d'all en pols, depenent de les preferències personals
- 1/2 culleradeta de sal rosa de l'Himàlaia
- 2 culleradetes de suc de llimona
- 2-3 cullerades de cibulet picat
- 2-3 cullerades de julivert picat
- 1 cullerada d'anet picat

LA MEVA CUINA



Elaboració:

PAS 1: Escorreu els anacards i les ametlles remullats i esbandiu bé.

PAS 2: Col·loqueu els fruits secs a la batedora amb rejuvelac o barreja d'aigua/probiòtics, llevat nutricional, all en pols i sal. Barregeu bé fins que quedi cremós i suau.

PAS 3: Col·loqueu la barreja en una bossa de fruits secs o un drap de formatge, gireu fins que sigui una bola ajustada i feu-hi un nus.

PAS 4: Suspendre el formatge, que no toqui terra. Una gerra és perfecta, utilitzeu l'extrem de la bossa de fruits secs per lligar-la al mànec i després col·loqueu un plat a sobre de la gerra.

PAS 5: Deixar durant 24 hores a temperatura ambient.

PAS 6: Desemboliqueu el formatge al cap de 24 hores i poseu-lo en un bol amb tapa i refrigereu-ho 24 hores més.

PAS 7: Després de la refrigeració, ha de quedar bastant ferm. Afegiu-hi les herbes i el suc de llimona i torneu a barrejar, m'agrada fer-ho amb les mans.

PAS 8: Doneu forma en aquest punt, utilitzeu un motlle si voleu. M'agrada enrotllar amb paper film en forma de bola o en forma de tronc llarg, o tinc una llauna rodona petita on la col·loco.

PAS 9: Torneu a refrigerar durant almenys 24 hores més.

Bon profit!

