



CHEESECAKE DE MORANGOS E SEMENTES



INGREDIENTES:

- 100 g de sementes de girassol
- 100 g de sementes de sésamo
- 30 g de sementes de abóbora
- 12 tâmaras sem caroço
- 30 g de óleo de coco
- Flor de sal q.b.
- 300 g de morangos
- 15 ml de sumo de laranja
- 120 ml de mel
- 500 g de queijo mascarpone
- 3 folhas de gelatina

COMO FAZER:

Torre as sementes no forno, a 180°C, 6-8 minutos. Deixe arrefecer e triture-as grosseiramente. Junte as tâmaras, o óleo de coco, 60 ml de mel e o sal e triture até obter uma massa pegajosa. Coloque numa forma de mola ou num aro, com cerca de 20 cm e cubra o fundo com uma fina camada. Leve ao congelador. Demolhe a gelatina e leve ao lume com o sumo de laranja, até derreter. Junte o mel e os morangos triturados. Envolve na mistura o queijo mascarpone. Verta sobre a base de sementes e congele cerca de 1 hora e meia.