

Vegán flódni

Hozzávalók

Tészta:

500 g finomliszt (lehet félbarna tönköly liszt is stb.)

60 g olaj

100 g édesítő (lehet fruktóz, cukor, rizs szirup, tápióka szirup stb.)

egy csipet só

20 g tápióka keményítő

2 kiskanál sütőpor

Kb. 2,2 dl nagyon hideg víz

Egy tálban összeállítjuk a tésztát, 4 egyenlő részre osztjuk, pár percet pihentetjük.

Diós töltelék:

180 g dió apróra aprítva

50 g mazsola

1 nagyobb csipet fahéj

100 g édesítő

1 dl növényi tej

Összeparoljuk.

Mákos töltelék:

150 g frissen darált mák

100 g édesítő

2 dl növényi tej

1 bio narancs reszelt héja

+ 100 g sárgabarack lekvár (kevés vízzel hígítva és felforralva, hogy jól kenhető legyen)

Összeparoljuk.

Alma töltelék

4-5 közepes alma, letisztítva, meghámozva és lereszelve

3 evőkanál édesítő

1 csapott kiskanál őrölt fahéj

1 csapott kiskanál őrölt szegfűszeg

Összeparoljuk.

Amikor a tésztára tesszük, előtte szóráshoz: 100 g durvára tört dió

Kenéshez: kevés rizstej

Elkészítés:

Kinyújtjuk az első lapot (kb. 20x30 cm-es tepszi méretre), a tepszi aljára tesszük, rásimítjuk a diós tölteléket, majd rátesszük a következő lapot, rásimítjuk a mákos tölteléket, majd elkenjük a rajta a lekvárt. Utána rátesszük a következő tészta lapot, megszórjuk a durvára tört dió, rásimítjuk az almás tölteléket és megszórjuk a durvára tört dió másik felével. Végül rátesszük az utolsó tészta lapot, villával megszurkáljuk a tetejét. Megkenjük a rizstejjel, és előmelegített sütőben hőlégkeveréssel 160 fokon 60 percig sütjük. A tepsiben hagyjuk kihűlni, majd szeleteljük.