



**Uschi blüht auf / Rezept von Uschi Zezelitsch
2.7.2023**

Wassermelone

Auf meiner Sommerfesttafel präsentiert sich die Wassermelone als Smoothie und als Salat mit Feta. Die Melonenspießchen vom Grill sind auch ein Hit und jetzt fehlt noch eine süße Kleinigkeit. Meine melonige "Sommerferien-Torte": Vegan, laktose- und glutenfrei.

Die Masse für den Boden: Dazu habe ich 200 g Mandeln und 150 g Datteln über Nacht in Wasser eingeweicht. Beides wird zerhackt und mit einem Pürierstab oder Mixer gut durchgemixt. Dann rühre ich ca. 12 EL Kokosraspel und den Saft einer halben Zitrone unter.

Den Teig drücke ich in eine gefettete Form.

Für die Füllung püriere ich 300 g eingeweichte Cashewnüsse mit 2 EL Kokosöl und 7 EL Ahornsirup und dem Mark einer Vanilleschote. Das dauert ein bisschen, bis es homogen wird.

Für den Boden und den Rand nehme ich Erdbeeren. Und dann gebe ich die Füllung darauf und verteile alles.

Anschließend muss die Torte eine Nacht im Gefrierschrank durchziehen.