



Hozzávalók:

25 dkg meghámozott lereszelt sült cékla,
25 dkg vaj, 25 dkg 60-70%-os étcsokoládé,
3 tojás, 15 dkg nyírfacukor vagy 20 dkg
eritritol, csipetnyi só, 15 dkg teljesőrlésű
tönkölyliszt, 1 kiskanál sütőpor

a forma kikenéséhez:

2 dkg vaj, jó 1 evőkanányi teljesőrlésű
tönkölyliszt

a tálaláshoz:

porított nyírfacukor vagy eritritol

1. A céklát a torta készítése előtti napon megsütjük. Ehhez a recepthez mindössze 25 dekányi kell, de érdemes és takarékos nagyobb mennyiséget sütni belőle. Nagyjából egyformán gyerekökölnyi méretűeket vásároljunk, amiket alaposan megmosunk. Egyenként alufóliába csomagoljuk, tepsibe rakjuk és közepesen forró sütőben sütjük 1 órán át. Hűlni hagyjuk, a fóliából kicsomagoljuk, majd meghámozzuk. Annyit reszelünk le belőle, hogy meglegyen a 25 dekányi. A többit tegyük el levesnek, köretnek vagy salátának.
2. A vajat kisebb kockákra vágjuk, a csokoládét kisebb darabokra tördeljük. Egy lábasha dobjuk, kis lángon olvasztani kezdjük. Amikor a jó fele fölolvadt, a tűzről levesszük. Ha néha belekeverünk, a benne lévő melegtől az egész fölolvad.
3. A tojásokat a cukorral, elektromos habverővel 3-4 perc alatt jó fehéredésig felverjük. Csipetnyit sózzuk, az éppen csak langyos vajas csokoládét, a lisztet és a sütőport, végül a reszelt sült céklát is belekeverjük.
4. Egy 22-23 centi átmérőjű kapcsos tortaformát kivajazunk, belisztezzük. A masszát egyenletesen belesimítjuk. Előmelegített sütőben, jó közepes lánggal (190 °C; légkeveréses sütőben 175 °C) kb. 35-40 perc alatt megsütjük. Elkészültét a közepébe szúrt tűvel ellenőrizhetjük. A formában hagyjuk teljesen kihűlni.

12 szelet

Elkészítési idő: 2 óra 30 perc

Egy szelet: 312 kcal