

# Cheesecake végane en tuto vidéo



**Ce cheesecake est non seulement sans cuisson, mais aussi totalement exempt de produits animaux. Ce gâteau au fromage végane est étonnamment proche de l'original, tant sur le plan visuel que sur le plan gustatif.**

Notre blogueuse culinaire Zoe Torinesi a découvert la recette d'aujourd'hui lors d'un cours de cuisine au fromage végane de «Elle 'n' Belle». Pour ce cheesecake, on utilise des alternatives végétales comme l'agar-agar au lieu de la gélatine et la crème végétalienne au lieu de la crème d'origine animale. Mais il existe également de nombreux produits dont on n'aurait jamais deviné qu'ils pouvaient être entièrement végétaliens: par exemple, les populaires biscuits Oreo qui forment le fond du gâteau.

Même si de nombreuses personnes véganes font attention à une alimentation saine et équilibrée, tous les plats à base de produits végétaux ne sont pas automatiquement sains et bons pour la ligne. Comme ce cheesecake, qui n'est pas vraiment pauvre en calories, car il est confectionné avec des noix de cajou et contient aussi de la crème végétale et du beurre végétal. Au fait, les noix de cajou doivent tremper pendant 6 à 8 heures dans de l'eau au préalable et il faut ensuite mettre le gâteau au réfrigérateur pendant 3 à 4 heures. Prévoyez donc suffisamment de temps pour concocter cette recette.

- 400 g de noix de cajou, trempées dans de l'eau pendant 6 à 8 heures
- 170 g de biscuits végétaliens (par exemple des Oreos sans la crème fourrée)
- 75 g de graisse de noix de coco (désodorisée) ou de beurre végétalien, fondu
- 250 ml de substitut de crème végétalien à base d'avoine ou de soja par exemple
- 200 ml de sirop de citron
- 3 cs de jus de citron
- 3 prises de sel
- 2 sachets de poudre d'agar-agar (8 à 10 g chacun)
- 100 ml d'eau
- 80 ml de crème fouettée végane
- Un peu de confiture sans morceaux, pour garnir

- Un petit moule à manqué (d'environ 18 cm de diamètre)

1. Réduisez les biscuits en miettes dans un mixeur, puis mettez-les dans une jatte. Si vous n'avez pas de mixeur, vous pouvez mettre les biscuits dans un sac en plastique et les écraser.
2. Ajoutez 40 g de beurre fondu aux biscuits moulus et pétrissez bien le tout.
3. Répartissez la masse aussi uniformément que possible sur le fond du moule et pressez-la bien.
4. Rincez les noix de cajou à l'eau courante et égouttez-les bien. Ensuite, réduisez les noix de cajou en purée fine avec les 35 g de beurre fondu restant, le substitut de crème, le sirop et le jus de citron et le sel dans un mixeur (il ne doit plus y avoir de morceaux!).
5. Mélangez la poudre d'agar-agar avec l'eau dans une casserole et faites chauffer brièvement jusqu'à ce que le mélange commence à épaissir. Ajoutez la crème de noix de cajou et chauffez-la lentement en remuant constamment, jusqu'à ce qu'elle soit chaude, en veillant à ne pas la brûler pour éviter la formation de grumeaux.
6. Mélangez la crème fouettée végétalienne à la masse de noix de cajou.
7. Répartissez le mélange sur le fond de biscuits, laissez le tout refroidir complètement, puis recouvrez le gâteau avec du film alimentaire et placez-le au réfrigérateur pendant 3 à 4 heures.
8. Une fois que le cheesecake est bien froid, nappez-le de confiture.

**Temps de préparation: environ 35 minutes sans le trempage et le refroidissement (trempage des noix de cajou: 6 à 8 heures / refroidissement: 3 à 4 heures)**