



Recetario

tortas





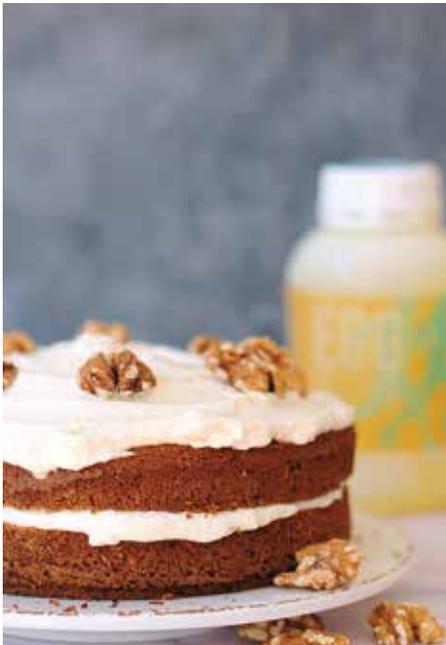
CARROT CAKE

tortas_

EGG
CELLENCE

Ingredientes:

- Claras de huevo **EGGCELLENCE 8**.
- Azúcar mascabo (o stevia) 1/2 tz.
- Zanahoria rallada 1.
- Harina de avena 1/2 tz.
- Coco rallado 1/2 tz.
- Polvo de hornear 1 cda.
- Canela 1 cda.
- Cúrcuma 1 cdita.
- Leche de almendras (o la que uses) 1/4 tz.
- Aceite de coco 3 cdas colmadas.
- Extracto de vainilla 1 cdita.
- Nueces 1 puñado.
- Queso crema bajo en grasas 1 pote (300gr).
- Vainilla 1 cdita.
- Stevia 3 cdas.



Receta:

- 1:** Batir bien las claras con la azúcar mascabo.
- 2:** En otro bowl vamos a mezclar muy bien el aceite de coco derretido, con la leche, vainilla y la zanahoria rallada.
- 3:** Luego le agregamos la harina de avena, el coco, polvo de hornear, canela y cúrcuma, mezclamos muy bien hasta integrar por completo.
- 4:** Por último agregamos las claras batidas de a poco y vamos integrando con la ayuda de una espátula y movimientos envolventes. También agregamos las nueces picadas y revolvemos un poco.
- 5:** Volcamos la mezcla en un molde de torta engrasado previamente, y llevamos al horno 180 grados por unos 30 min aprox. Cuando clavamos un cuchillo en el centro y salga seco ya está!
- 6:** Mientras se enfría vamos a preparar el frosting mezclando en un bowl el queso crema light con la vainilla y stevia a gusto. Guardamos un rato en la heladera.
- 7:** Con cuidado cortamos la torta por el medio obteniendo dos tapas. Cubrimos con la mitad de nuestro frosting la base de la torta, la tapamos con la otra capa de torta y arriba terminamos con otra capa de frosting fit y nueces enteras para decorar!
- 8:** A disfrutar!



CHEESE AND CHOCO CAKE

tortas_

EGG
CELLENCE

Ingredientes:

- Queso crema %0 6 cdas
- Claras de huevo EGGCELLENCE 8
- Leche descremada 1 chorrito
- Harina de arroz 1/4 tz
- Endulzante 6 cdas
- Extracto de vainilla
- Chocolate sin azúcar 100gr
- Aceite de coco 1 cda
- Avellanas 1 puñado



Receta:

1: En un bowl mezclar bien el queso, la leche y la harina de arroz.

2: En otro bowl batir las claras, no hace falta que sea a punto nieve, cuando estén bien espumosas ya está bien. Agregar el endulzante líquido y el extracto de vainilla, batir un poco mas.

3: Mezclar con una espátulas y movimientos suaves el contenido del bowl con queso con el de las claras hasta que quede bien integrado. Y poner en un molde para torta (yo use uno de silicona (si no es de silicona rociar previamente con fritolin)

4: Derretir el chocolate junto con la cucharada de aceite de coco, puede ser a baño maría o al microondas. Una vez derretido vamos a volcar el chocolate de a poco por toda la superficie de la mezcla de la torta (va a quedar chocolate por arriba y también se va a hundir y va a quedar chocolate en la base de la torta ya que esta es una preparación bastante líquida cuando está cruda).

5: Llevar al horno 175 grados por unos 25 min. Vas a ver que está super inflada y cuando se enfria se va a bajar, pero no te preocupes por que es así. Desmoldar y poner avellanas por arriba o cualquier otro fruto seco.

A disfrutar!



MARQUISE SIN HARINAS

tortas_

EGG
CELLENCE

Ingredientes:

- Claras de huevo EGGCELLENCE 10
- Extracto de vainilla 1 cdtita
- Endulzante 7 cdas
- Leche descremada 50ml
- Mantequilla de maní 3 cdas colmadas
- Cacao sin azúcar al 70% 100 grs
- Cacao amargo en polvo 2 cdas
- Leche en polvo descremada 6 cdas
- Nueces 1 puñado
- Polvo para hornear 2 cdtitas

(topping)

- Dulce de leche sin azúcar (cantidad a gusto)
- Claras de huevo EGGCELLENCE 2
- Endulzante en polvo 2 cdtitas
- Nibs de cacao 1 puñado



Receta:

1: En un bowl poner las 10 claras de huevo y mezclarlas bien con el endulzante y extracto de vainilla.

2: En un bowl más chico (apto microondas) vamos a poner el chocolate con la mantequilla de maní y la leche descremada. Llevamos un ratito al microonda para que se derrita un poco el chocolate así es más fácil integrar todo.

3: Incorporar de a poco la mezcla con chocolate al bowl de las claras y mezclar bien todo hasta que quede integrado.

4: Agregamos la leche en polvo descremada y el polvo de hornear e integramos todo nuevamente.

5: Por último las nueces (o el fruto seco que quieras) y volcamos nuestra preparación en un molde para horno (si no es de silicona hay que engrasarlo previamente). Cocinar al horno 180 grados por 20 minutos.

6: Dejar enfriar y luego cubrir la superficie con abundante dulce de leche sin azúcar.

7: Batir las claras a nieve y agregar endulzante en polvo, seguir batiendo un poco más y volcar este merengue fit sobre la torta en el momento que vayamos a consumirla. Por arriba una lluvia de nibs de chocolate o chocolate rallado, a disfrutar!



MARQUISE SIN HARINAS

tortas_

EGG
CELLENCE

Ingredientes:

(base)

- Coco rallado 1/2 tz
- Harina de almendras 1/4 tz (o avena)
- Azúcar de mascabo 1/4 tz
- Sal marina 1 pizza
- Claras de huevo EGGCELLENCE 2

(relleno)

- Queso crema (bajo en grasas) 400gr
- Claras de huevo EGGCELLENCE 10
- Extracto de vainilla 1 chorrito
- Endulzante 6 cdas (o miel)
- Ralladura de limón 1
- Leche en polvo descremada 1/4 tz

(cobertura)

- Mermelada de frutos rojos 4 cucharadas
- Moras 1/2 taza



Receta:

1: Para la base del cheesecake mezclamos todos los ingredientes en un bowl hasta que se forme una masa pastosa.

2: Con la manos vamos poniendo la masa en un molde de torta de silicona de 20 cm aprox cubriendo toda la base y un poco de los bordes. Para hacer el relleno, licuamos bien todos los ingredientes del relleno unos minutos y volcamos sobre la base del cheesecake.

3: Llevar al horno precalentado a fuego 160 grados por 45 min aprox. Dejar enfriar dentro del horno.

4: Para la cobertura vamos a cubrir con la mermelada y por arriba agregamos todos los frutos rojos. Por último un poquito de ralladura de limón y a disfrutar!



TORTA MIL CAPAS

tortas_

Ingredientes:

- Harina de avena (avena procesada) 1/2 tz
- Claras de huevo EGGCELLENCE 6
- Aceite de coco 1 cda
- Cacao amargo en polvo 1 cda
- Endulzante líquido 2 cdas
- Queso crema %0 3 cdas
- Leche de almendras 150ml

(topping)

- Salsa de chocolate: cacao amargo 2 cdas, endulzante 1 cdita y agua 1 chorrito
- Chocolate amargo en barra
- Frutillas 1 puñado



Receta:

1: Poner en la licuadora (o batir a mano) las claras, la avena, la leche, una cda de cacao en polvo, aceite de coco y el endulzante. Licuar bien hasta integrar todo.

2: En una sartén (mejor si es de teflón) engrasada previamente con aceite vegetal y bien caliente, empezamos a hacer los panqueques para la torta. Ponemos un cucharón de la mezcla, lo esparcimos por toda la sartén para que queden bien finitos y cocinamos así de a uno toda la mezcla.

3: Van poniendo los panqueques en un plato a medida que van saliendo y entre capa y capa vamos a untar con queso crema batido con un poquito de endulzante. Así hasta el último que no lo vamos a untar.

4: Arriba de todo vamos a cubrirlos con una salsa de chocolate que vamos a hacer con dos cucharadas de cacao amargo en polvo mezclados con un chorrito de agua y endulzante. Llevamos a la heladera por unas 2 horas. Agregar mas chocolate amargo en barra y frutillas.

A disfrutar!



PASTEL COCO FIT

tortas_

Ingredientes:

- Yogurt natural 1/4 tz
- Aceite de coco 2 cdas
- Clara de huevo EGGCELLENCE 4
- Extracto de vainilla 1 chorrito
- Endulzante líquido 5 cdas
- Coco rallado 1/2 tz
- Harina de arroz 1/4 tz
- Polvo de hornear 1 cda

(frosting)

- Queso crema bajo en grasas 4 cdas
- Yogurt natural 3 cdas
- Coco rallado 3 cdas
- Leche en polvo descremada 3 cdas
- Endulzante en polvo 1 cda



Receta:

1: Batir las 4 claras EGGCELLENCE a nieve y reservar.

2: Luego para hacer el bizcochuelo hay que mezclar los demás ingredientes húmedos (yogurt, aceite de coco, extracto de vainilla, endulzante líquido).

3: Agregar los ingredientes secos e integrarlos bien.

Por último incorporar las claras a nieve con movimientos envolventes.

4: Para hornear los bizcochos tiene que ser en un molde (yo usé uno mediano de silicona de 16 cm). Podés hacerlo de dos formas: 1) Dividir la preparación en tres partes y cocinar de a una cada capa a horno 180 grados por 15 min aproximadamente. 2) cocinar todo el bizcochuelo hasta que esté cocido, aprox 25 min. Y luego cortarlo con cuidado en tres capas.

5: Para el frosting del relleno y la cubierta hay que mezclar todos los ingredientes en un bowl y luego poner un poco de la crema entre capa y capa de la torta. Luego cubrir con la crema y con la ayuda de una espátula toda la superficie. Por último llenarla con coco en escamas por toda la torta.

A disfrutar!



TORTA MATCHA FIT

tortas_

EGG
CELLENCE

Ingredientes:

- Claras de huevo EGGCELLENCE 8
- Aceite de coco 3 cdas
- Endulzante líquido 8 cdas
- Leche de almendras 1/4 tz
- Harina de avena 1/2 tz
- Coco rallado 1/2 tz
- Polvo de hornear 1 cda
- Matcha 2 cdas

(cobertura)

- Yogurt griego 3 cdas colmadas
- Matcha 1 cdita
- Endulzante 1 cda
- Arándanos 1 puñado
- Semillas de chia



Receta:

1: Por un lado mezclamos bien el aceite de coco derretido, con endulzante y la leche.

2: Agregamos la harina de avena, coco, polvo de hornear y matcha. Integramos todo muy bien.

3: En otro bowl batimos las claras a punto nieve y luego las agregamos en 3 partes a nuestra preparación anterior. Integrar con una espátula y con movimientos envolventes.

4: Volcar en un molde para torta (si no es de silicona engrasar previamente) y llevar al horno 180 grados por unos 20 min. Dejar enfriar.

5: Vamos a hacer una crema mezclando bien el yogurt, matcha y endulzante y con la ayuda de una espátula cubrimos toda la torta (fría). Por arriba agregamos arándanos y semillas de chíá. Llevar a la heladera por al menos 1 hora y a disfrutar!



LEMON PIE

tortas_

EGG
CELLENCE

Ingredientes:

- (base)
 - Bananas 2 (o 1 grande)
 - Miel 1 cda
 - Salvado de avena 3/4 tz
 - Harina de arroz 1/4 tz
- (relleno)
- Leche de almendras 1 tz
 - Endulzante líquido 3 cdas
 - Extracto de vainilla 1 cdita
 - Jugo de 1 limón
 - Ralladura de cáscara de 1 limón
 - Harina de avena 1/4 tz
 - Gelatina sin sabor 1 cda
 - Claras de huevo EGGCELLENCE 2



Receta:

1: Para la masa primero debemos pisar las bananas y hacerlas puré. Luego vamos a mezclarla bien con los demás ingredientes y vamos a formar una masa pegajosa.

2: Rociamos una fuente para horno de 20 cm aproximadamente con aceite vegetal en aerosol y distribuimos la mezcla por toda la base y los costados con la ayuda de la mano o una espátula para que quede bien parejo. Llevamos al horno fuego 150 grados por unos 15 min.

3: Para el relleno vamos a hervir la leche con el jugo de limón, su ralladura de la cáscara, la vainilla y el endulzante que usemos.

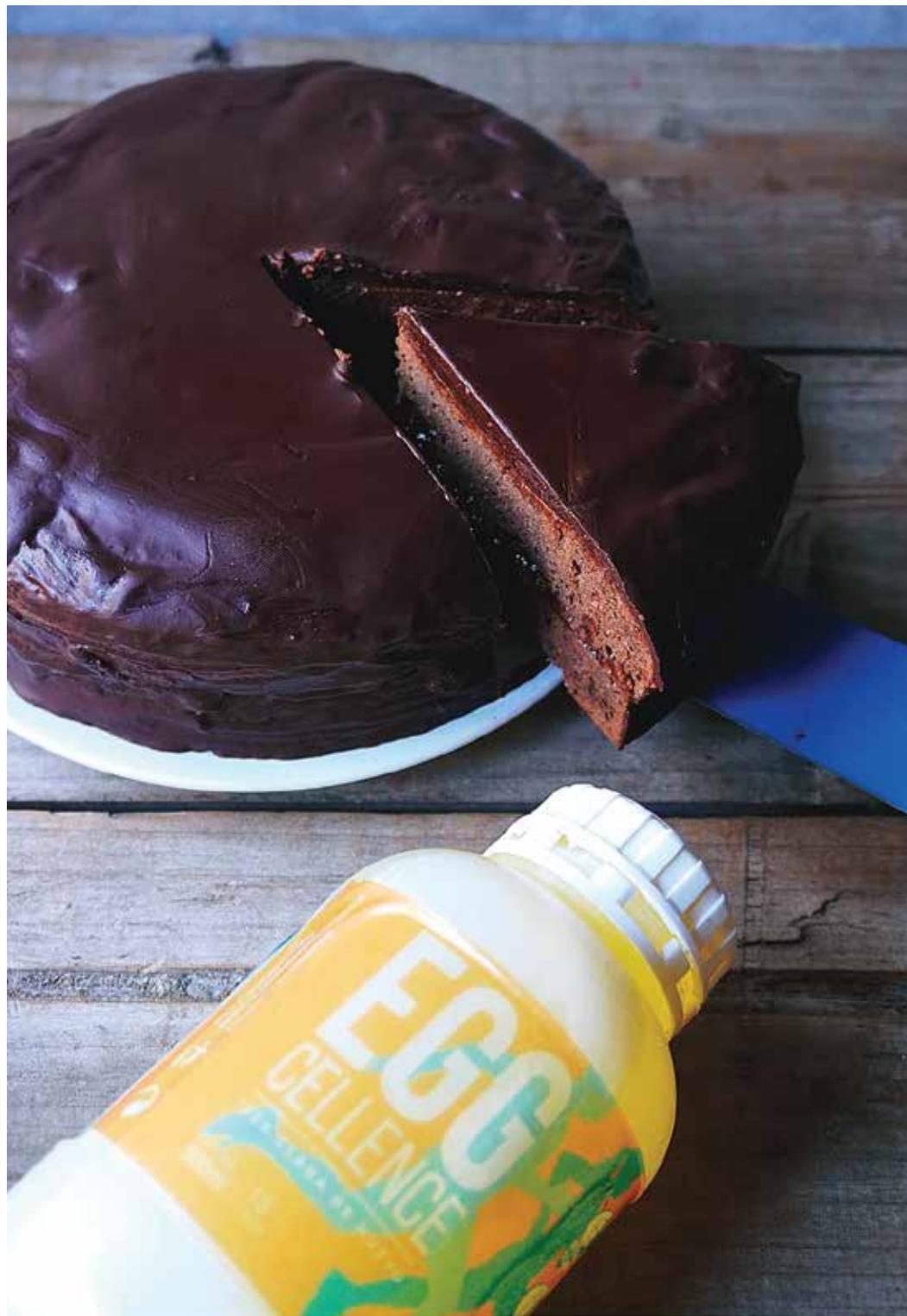
4: Agregamos la harina de avena sin parar de revolver junto con la gelatina sin sabor. También agregamos las claras sin dejar de revolver y seguimos unos minutos hasta que veamos que quede más espesa. Si te queda grumos puedes procesar el relleno o mixear un poco.

5: Volcamos este relleno a nuestra base del lemon pie y llevamos a la heladera.

6: Por último para la cubierta vamos a hacer un merengue fit batiendo las claras a punto nieve (la clave es que las claras deben estar a temperatura ambiente). Cuando llegan al punto agregamos un chorrito de limón y el endulzante, batimos un poco más y hacemos piquitos con este merengue en nuestro lemon pie.

7: Las claras están pasteurizadas así que puedes consumirlo así nomás, pero si le quieres dar un toque puedes llevar un rato al horno hasta que dore el merengue.

A disfrutar!



TORTA SACHER

tortas_

EGG
CELLENCE

Ingredientes:

- Chocolate 70% 3/4 tz
- Aceite de coco 4 cdas colmadas
- Sal 1 pizca
- Extracto de vainilla 1 cda
- Leche de almendras (o la que uses) 1/4 tz
- Azúcar de coco (o de mascabo) 1/3 tz
- Claras de huevo EGGCELLENCE 10
- Stevia 6 cdas
- Harina de avena 1/2 tz
- Harina de coco (o coco rallado) 1/3 tz
- Polvo de hornear 1 cda
(baño de chocolate)
- Chocolate 70% 1/2 tz
- Maple syrup (o miel) 4 cdas
(relleno)
- Mermelada sin azúcar
- Claras de huevo EGGCELLENCE 4
- Endulzante en polvo a gusto
- Jugo de limón 1 cedita



Receta:

1: Poner en un bowl y derretir a baño maría o al microondas el chocolate con el aceite de coco. Agregar la pizca de sal, la leche, stevia y la vainilla e integrar todo muy bien.

2: Luego incorporamos los ingredientes secos, la harina de avena, de coco, el polvo de hornear y el azúcar de coco (o mascabo). Integrar todo por completo.

3: Batir las claras a nieve y luego incorporalas a la mezcla con la ayuda de una espátula y movimientos envolventes.

4: Volcar la mezcla en un molde de torta (yo usé uno de silicona de 20 o 22 cm aprox). Si no es de silicona el molde engrasarlo previamente.

5: Llevar al horno 180 grados por unos 30 min. Cuando clavas un cuchillo en el centro y este salga seco ya estaría listo.

6: Cuando esté fría la torta con cuidado y con un cuchillo cortarla al medio formando dos capas.

7: Rellenar con mucha mermelada de damasco y poner la tapa de torta de arriba. Pasarle una capa más fina de mermelada por arriba cubriendo toda la torta.

8: Para el baño de chocolate vamos a derretir el mismo y mezclarlo bien con la miel o maple syrup, con esto vamos a lograr un brillo hermoso para bañar la torta. Llevar a la heladera hasta consumirla, a disfrutar!



TARTA MOUSE LIMONADA Y FRAMBUESA

tortas_

EGG
CELLENCE

Ingredientes:

(masa)

- Claras EGGCELLENCE 3
- Extracto de vainilla 1 cdita
- Stevia en polvo 2 cdas
- Leche de almendras (o la que uses) 1 chorro
- Aceite de coco 1 cda
- Harina de avena (avena procesada) 1 tz
- Coco rallado 1/2 tz

(relleno)

- Claras EGGCELLENCE 3
- Jugo de limón 1
- Stevia en polvo 2 cdas
- Frambuesas 1 puñado



Receta:

1: Para hacer la masa vamos a poner todos los ingredientes de la misma en un bowl y mezclamos muy bien hasta integrar por completo formando una masa.

2: Amasar un poco con las manos, envolver en papel film y llevar a la heladera por media hora para que descanse.

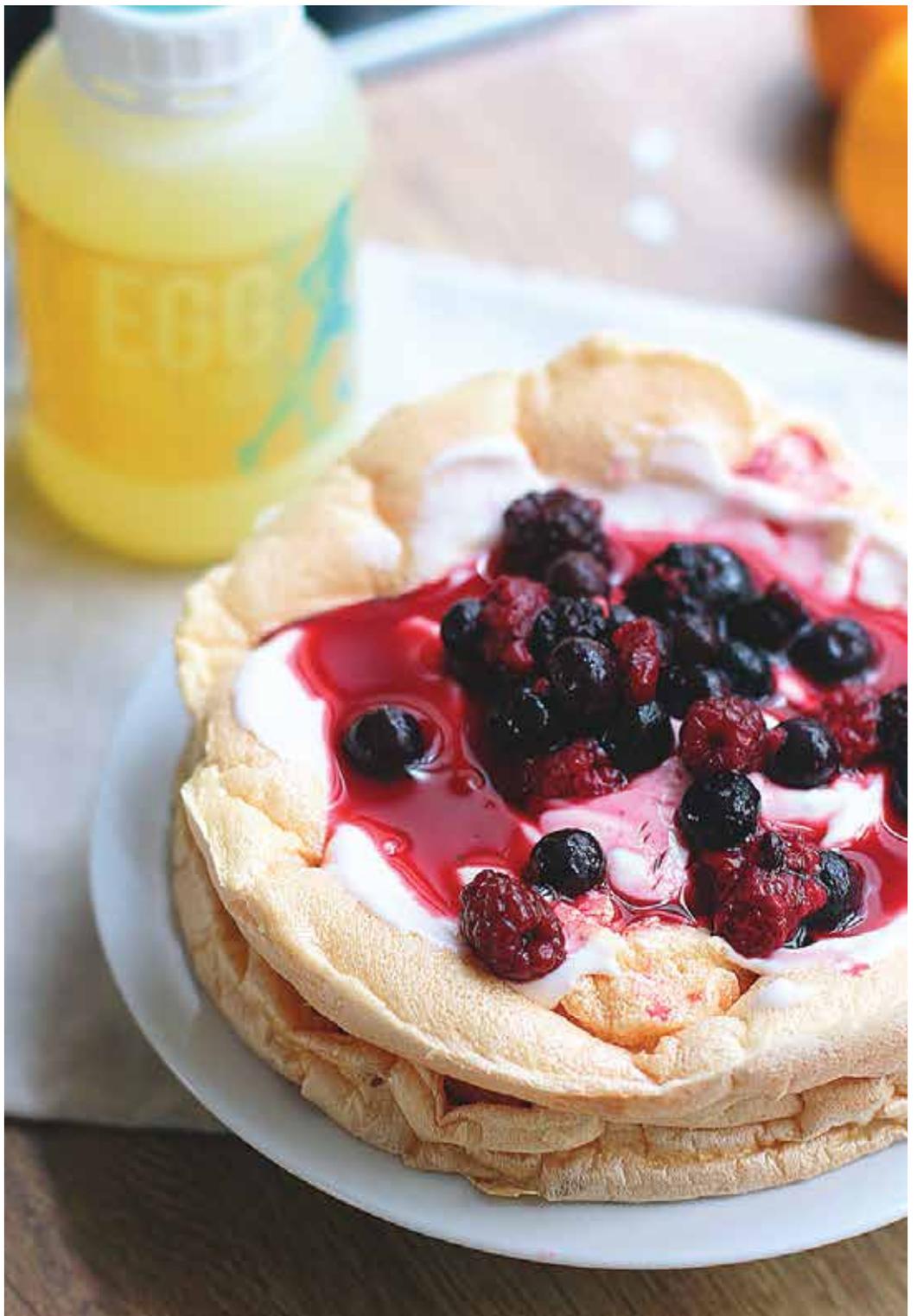
3: Tomar un molde de tarta de 20 cm aprox (si no es de silicona engrasarlo previamente) y cubrir con la mano todo el molde incluyendo un poco de los costados para poder rellenar. Aplastar bien todo con los dedos para que quede parejo.

4: Llevar al horno 180 grados durante 15 min aprox y dejar enfriar.

5: Para hacer el relleno vamos a batir con batidora potencia media las 3 claras de huevo por 1 minuto, agregar el jugo de limón sin dejar de batir y subir a potencia alta para seguir batiendo 4 minutos más. Mientras seguimos batiendo agregamos la stevia y batimos 2 minutos más. Agregamos la frambuesa que previamente fueron al microondas en una taza por 30 segundos aprox hasta que larguen todo su jugo y se deshagan. Batir 1 minuto más.

6: Con esta mousse que tenemos vamos a rellenar la tarta y la llevamos al freezer por 6 horas aprox.

7: Por arriba se puede decorar con hojas de menta y rodajas de limón. Consumirla fría ni bien la sacamos del congelador. A disfrutar!



PAVLOBA

tortas_

EGG
CELLENCE

Ingredientes:

- Claras de huevo EGGCELLENCE 8
- Stevia en polvo 8 sobrecitos
- Cacao en polvo 2 cditas
- Extracto de vainilla 2 cditas
- Queso crema bajo en grasas 3 cdas colmadas
- Yogurt sin azúcar 3 cdas colmadas
- Miel pura 1 cda
- Mix de frutos rojos 1/2 tz
- Ralladura de cáscara de naranja 1



Receta:

1: Precalentar el horno a 100 grados (bajo) Batir 4 claras (la mitad) con batidora al máximo unos 4 min, parar y agregar el extracto de vainilla, seguir batiendo e ir agregando 1 cdita de cacao y 4 sobres de stevia (la mitad) de a uno.

2: Volcar este merengue en un molde para horno redondo de silicona (si no es de silicona tiene que estar forrado con papel para horno) con una espátula suavemente le damos forma circular y llevamos al horno por unos 45 min aproximadamente. Apagar el horno y dejar que enfríe allí dentro con la puerta cerrada.

3: Para hacer una torta pavlova de 2 pisos hay que repetir lo anterior así obtendremos dos capas de merengue.

4: Luego batimos un poco a mano en un bowl el queso, con el yogurt y la miel y ponemos la mitad de este relleno esparcido sobre la primer capa de merengue de la torta.

5: Ponemos sobre esto la otra capa de merengue y por arriba otra vez disponemos el relleno.

6: Para finalizar agregamos los frutos rojos y rallamos la cáscara de una naranja por encima de todo.

A disfrutar!



TORTA CHOCOLATE ESPONJOSA

tortas_

EGG
CELLENCE

Ingredientes:

- Claras de huevo EGGCELLENCE 8
- Endulzante líquido 6 cda
- Sal 1 pizca
- Queso crema bajo en grasas 4 cdas
- Aceite de coco 2 cdas
- Leche de almendras 1/2 tz
- Coco rallado 1/2 tz
- Harina de arroz 2 cdas
- Cacao amargo en polvo 2 cdas
- Leche en polvo descremada 1/2 tz (o harina de arroz, avena, etc)
- Polvo de hornear 1 cda

(para la cobertura de leche condensada)

- Leche descremada 1/4 tz
- Leche descremada en polvo 1/2 tz
- Stevia a gusto



Receta:

1: Para la torta vamos a mezclar primero los ingredientes húmedos (el aceite de coco tiene que estar derretido).

2: Tamizamos los ingredientes secos y luego los incorporamos a los húmedos. Integrar todo bien.

3: Batimos las claras EGGCELLENCE a nieve con la pizca de sal. Incorporamos las claras a la mezcla anterior con movimientos envolventes y la ayuda de una espátula de silicona. Lo hacemos en 3 partes.

4: Engrasamos un molde de torta redondo y volcamos la mezcla. Llevar a horno 180 grados por unos 25 min aprox. Dejar enfriar con el horno entre abierto.

5: Para la cobertura vamos a batir bien los 3 ingredientes sin dejar grumos (podes hacerlo con minipimer). Volcar la leche condensada sin azúcar por toda la torta de chocolate y a disfrutar!



CHEESECAKE DE MARACUYA

tortas_

Ingredientes:

(base)

- Harina de almendras 1/3 tz
- Coco rallado 1/4 tz
- Endulzante líquido 1 cda
- Aceite de coco 2 cdas
- Claras de huevo EGGCELLENCE 1

(relleno)

- Claras de huevo EGGCELLENCE 5
- Queso crema bajo en grasas 4 cdas
- Jugo de limón 1/2
- Endulzante 5 cdas

(cobertura)

- Mermelada de maracuyá light 3cdas
- Semillas de chía 1 cda



Receta:

1: En un bowl poner la harina de almendras con el coco, agregar el endulzante, el aceite de coco derretido y la clara. Integrar todo muy bien formando una masa pastosa.

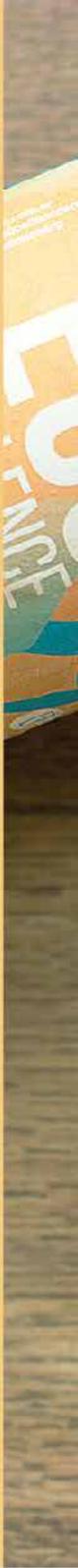
2: Forrar un molde pequeño con cuidado cubriendo las paredes del mismo (yo usé uno de silicona de 16 cm aprox).

3: Licuar bien todos los ingredientes del relleno y volcar sobre la base que hiciste anteriormente.

4: Llevar al horno 180 grados por 30 min aprox. Dejar enfriar.

5: Para la cobertura hay que poner la mermelada de maracuyá en un bowl pequeño apto para microondas y llevar al máximo por 30 seg. Sacar, agregar las semillas de chía y mezclar bien. Cubrir nuestro cheesecake con esta salsa y llevar a la heladera por 1 hora.

A disfrutar!



EGG
CELLENCE

RECETAS by
Santi Repetto.