

# TORTINHAS DE CHOCOLATE VEGANAS (SEM LACTOSE)

## INGREDIENTES

### Massa:

1 xícara (chá) de farinha de trigo

1/2 xícara (chá) de creme vegetal/margarina sem lactose (ambos sem sal)

quanto baste de açúcar (preferencialmente demerara ou mascavo)

essência de baunilha a gosto

### Recheio:

3 e 1/2 xícaras (chá) de chocolate amargo ou meio amargo 0% lactose (picado)

1/3 de xícara (chá) de creme vegetal/margarina sem lactose (ambos sem sal)

3 colheres (sopa) de leite vegetal (soja/aveia/castanhas, etc)

### Sugestões de cobertura/decoração:

cerejas e kiwi (picados)

frutas vermelhas (morango, framboesa, amora) e raspas de chocolate amargo

mix de castanhas picadas (castanhas de caju, castanhas-do-pará, amêndoas e nozes)

## MODO DE PREPARO

### Massa:

Em um recipiente adequado, misture a farinha de trigo, o creme vegetal ou margarina sem lactose, o açúcar e a essência de baunilha até que formem uma massa consistente e que possa ser moldada.

Utilize forminhas de alumínio como as usadas para assar empadas. Pegue um punhado de massa e, aos poucos, coloque-a nas paredes das forminhas, deixando um espaço no meio para que o recheio possa ser colocado mais tarde. O fundo das tortinhas deve conter um pouco mais de massa do que as bordas para que elas não se quebrem tão facilmente.

Disponha as forminhas com a massa numa assadeira e coloque-as no forno previamente aquecido por cerca de 20 a 25 minutos ou até que já estejam levemente quebradiças.

Retire as tortinhas do forno mas não as tire das forminhas enquanto elas ainda estiverem quentes, pois quebrarão com muita facilidade.

### Recheio:

Num bowl em banho-maria, derreta o creme vegetal ou a margarina sem lactose.

Ponha o leite vegetal e, com um fouet, misture bem.

Por fim, adicione o chocolate picado e continue a mexer até que a mistura vire um creme.

Retire as tortinhas já frias das forminhas e as disponha numa bandeja.

Coloque a quantidade suficiente de recheio em cada tortinha e as decore como desejar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/32943-tortinhas-de-chocolate-veganais-sem-lactose.html>