

Banankaka med Choklad och Valnötter

BANANKAKA MED CHOKLAD OCH VALNÖTTER

Receptet är för 1 kaka

6 st	ägg
2 msk	honung
60 ml	kokosolja
120 ml	kokosmjöl
2 tsk	bakpulver
1 tsk	äka vaniljpulver
1 nypa	havssalt/himalayasalt
0,5 dl	raw kakao
2 st	banan
1 dl	valnötter

HUSGERÅD

Måttats
Bunke
Elvisp
Kastrull
Pensel
Springform
Provsticka

Banankaka med Choklad och Valnötter

Banankaka med Choklad och Valnötter

Så här gör du

- Sätt ugnen på 175 grader
- Vispa ägg och honung vitt och pösigt i en stor bunke
- Smält kokosolja och rör ner den i smeten
- Blanda de torra ingredienserna och rör ner i smeten
- Mosa bananerna med en gaffel och rör ner i smeten
- Krossa valnötterna lätt och vänd ner även dessa
- Pensla formen med lite smält kokosolja
- Häll i smeten i formen
- Grädda i ugnen i ca 35-40 minuter. Testa med en provsticka i mitten av kakan, när igen smet fastnar på stickan är den klar
- Kakan går bra att frysa eller njutas av direkt

Banankakan är underbar att äta som den är men vill du göra det lite extra festligt så servera den tillsammans med lite [vispad kokosmjölk](#).

Bjud din familj och vänner på härligt fika med Banankaka.

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore.se \[shoppingcarticon\]](#)