

# Chokladdrömmar

## CHOKLADDRÖMMAR

Ger ca 16 kakor

### BAKTID:

25 minuter

2 st ägg

0,5 dl kokossocker

1 dl smält ghee alt. kokosolja

2 dl bananmjöl

0,5 dl raw kakao

1 tsk äkta vaniljpulver

1 nypa himalayasalt

80g mörk choklad

### HUSGERÅD

Kastrull

Bunke

Måttsats

Elvisp

Allergiinformation: Receptet innehåller ägg.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Cervera.

# Chokladdrömmar

## Chokladdrömmar på bananmjöl

Små ljuvliga Chokladdrömmar fyllda med extra mycket choklad och helt naturligt glutenfria bakade på [bananmjöl](#).

Varje chokladälskares dröm!

### Baka glutenfritt med bananmjöl

Bananmjöl är ett helt naturligt glutenfritt och fiberrikt mjöl som tillverkas av gröna omogna matbananer.

Bananmjöl är dessutom rikt på kalium, [järn](#) och [magnesium](#).

[Köp Bananmjöl här](#)

Bananmjöl är ett spännande, och lite ovanligt, mjöl som har en hel del positiva egenskaper.

Detta är ett mjöl på omogen grön matbanan och är 100% naturligt glutenfritt samt att det innehåller resistent stärkelse. Toppenfint för tjocktarmens goda bakterieflora där det, som en [prebiotika](#), minskar inflammationer och stärker immunförsvaret!

Gör gärna ett besök på Bloggen och [läs mer om Bananmjöl](#).



Baka och njut av ljuvliga små Chokladdrömmar!

### Så här gör du

- Sätt ugnen på 200 grader
- Smält [ghee](#)
- [Vispa](#) ägg och [kokossocker](#) pösigt i en bunke
- Tillsätt ditt smälta ghee och vispa ihop
- Blanda samman [bananmjöl](#), [raw kakao](#), [äkta vaniljpulver](#) och salt i en skål

# Chokladdrömmar

- Tillsätt i äggblandningen och vispa samman
- Hacka den [mörka chokladen](#), ganska grovt man vill ha bitar
- Vänd ner chokladen i smeten tills det blandat sig bra
- Rulla bollar av smeten (ca 1 msk per kaka) och lägg på en plåt med bakplåtspapper
- Grädda mitt i ugnen i ca 10 minuter tills de känns torra på undersidan
- Ta ut och låt svalna helt på ett galler

Förvara dina Chokladdrömmar torrt i en plåtburk.

Sätt på kaffet och njut av ljuvliga Chokladdrömmar till fikat!



## Baka mer glutenfritt

Bröd, kex, småkakor, bullar, tårter och pajer! Få mer bakinspiration med vår bok Nyttigare gott!

Alla recepten är helt fria från gluten, mejerier (laktos) och vitt socker. [Köp vår bok Nyttigare gott](#) och låt dig inspireras!

# Chokladdrömmar



Du hittar också fler härliga recept på småkakor här i Paleoskafferiet. Du kanske gillar:

- [Mandelkakor med kardemumma](#)
- [Korintkakor](#)
- [Kokostoppar](#)

Tid att njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråderna är länkade till webbutiken [Cervera](#)



**Paleo för ett hälsosammare liv!**

*Jenny & Magnus Andersson*

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.