

Chokladkaka med extra choklad

CHOKLADKAKA MED EXTRA CHOKLAD

Ger 10-12 bitar

BAKTID:

45 minuter

240 g mörk choklad

120 g ghee

1 msk raw kakao

5 st ägg

1 dl kokossocker

1 nypa havssalt

SPRINGFORM:

21 cm i diameter

HUSGERÅD

Måttsats

Kastrull

Sil

Bunke

Elvisp

Springform

Allergiinformation: Receptet innehåller ägg.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Bagaren & Kocken.

Chokladkaka med extra choklad

Chokladkaka med extra choklad

Älskar du choklad? Denna ljuvliga och härliga Chokladkaka med extra choklad uppfyller alla dina önskningar!

Choklad

Vad är det i choklad som får många av oss att känna oss extra glada och lyckliga?

Jo, choklad görs av kakao som innehåller aminosyran fenylalanin som kan ombildas till det så kallade kärlekshormonet. Detta i sin tur stimulerar nervsystemet och utlöser endorfiner som får oss att känna en känsla av lycka och välbefinnande.

Att njuta av en bit riktigt fin choklad då och då är alltså toppen, så att baka en ljuvlig Chokladkaka med extra choklad kan ju bara sprida lycka!

Så här gör du:

- Sätt ugnen på 175 grader
- Dela chokladen i mindre bitar och lägg i en skål
- Mät upp ghee och tillsätt i skålen
- Låt choklad och ghee smälta samman över ett vattenbad på spisen
- Rör ihop och ta bort från spisen när det blandat sig fint
- Sikta ner raw kakao och tillsätt en nypa salt
- Rör ihop
- Ta fram en ren bunke
- Separera nu äggen
- Lägg ner vitorna i den rena bunken
- Rör ner gulorna i chokladkrämen, ett åt gången, till en blank och härlig smet
- Vispa äggvitorna till en fast konsistens
- Vispa ner kokossockret, lite åt gången, med äggvitorna tills du får en blank och fin marängsmet

Chokladkaka med extra choklad



- Tillsätt chokladkrämen



- Vänd försiktigt ner chokladkrämen i marängsmeten med hjälp av en slickepott tills det blandat sig fint
- Ta fram springformen och klä botten med bakplåtspapper och smörj kanterna med lite ghee
- Klicka ner smeten i formen och fördela till ett jämnt lager

Chokladkaka med extra choklad



- Gädda mitt i ugnen i 25-30 minuter tills kanterna känns fasta och mitten fått en liten skorpa men fortfarande känns lite "dallrig"
- Ta ut och låt svalna helt i rumstemperatur innan du serverar



Pudra chokladkakan med lite extra raw kakao innan Servering. Smakar ljuvligt tillsammans med vispad kokosgrädde och färska bär, såååå gott!

Chokladkaka med extra choklad



Mer Choklad

Kan du inte få nog av choklad så kan vi tipsa om följande ljuvliga recept med choklad från Paleoskafferiet:

- [Chokladdrömmar](#)
- [Saftig Chokladkaka med mandelkross](#)
- [Kollagen fudge](#)

Tid att njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



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.
