

Mjuk banankaka

MJUK BANANKAKA

Receptet är för 1 kaka

6 st	ägg
2 msk	kokossocker
(alt. 2 msk	honung)
60 ml	kokosolja
120 ml	kokosmjöl
2 tsk	bakpulver
1 tsk	äkta vaniljpulver
2 st	banan

Att ströa formen med riven kokos

1 nypa	himalayasalt/havssalt
--------	-----------------------

Det går bra att byta ut kokossockret mot honung.

HUSGERÅD

Måttsats

Bunke

Elvisp

Pensel

Provsticka

Mjuk banankaka

Mjuk banankaka

Så här gör du

- Sätt ugnen på 175 grader
- Vispa ägg och kokossocker (alt. honung) vitt och pösigt i en stor bunke
- Smält kokosoljan 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
- Pensla formen med lite smält kokosolja och ströa med lite riven kokos
- Häll i smeten i formen
- Grädda i ugnen i 30-40 minuter, tiden beror på vilken form du använder. Testa med en provsticka i mitten av kakan, när igen smet fastnar på stickan är den klar

Njut av Mjuk banankaka.

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore.se](https://www.bodystore.se) 