

Saffranspannkaka

SAFFRANSPANNKAKA

För 4-6 personer

TILLAGNINGSTID:

65 minuter*

1 kg zucchini/squash

1,5 dl mandelmjöl

0,5 dl kokossocker

0,5 g saffran

4 st ägg

TOPPING

hackad mandel

HUSGERÅD

Potatisskalare

Kniv

Kastrull

Stavmixer

Sil

Måttsats

Bunke

Ugnsform

Provsticka

*Tiden det tar att koka och göra zucchinipuré är inte inräknad.

Allergiinformation: Receptet innehåller ägg och mandel.

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

Saffranspannkaka

Saffranspannkaka

Saffranspannkaka är för många en tradition kring advent och jul och särskilt populär är den på Gotland.

I detta ljuvliga recept på Saffranspannkaka har vi låtit oss inspireras av vårt recept på [falsk ostkaka](#) där zucchini har en viktig roll.

Så låt dig inspireras av detta goda recept på Saffranspannkaka!

Så här gör du

- Skala din zucchini och dela i bitar
- Lägg ner zucchinibitarna i en kastrull
- Häll på vatten och låt dem koka mjuka, ca 15-20 minuter
- Häll av vattnet
- Mixa med hjälp av [stavmixer](#) till ett slätt mos/puré
- Häll över i en sil och låt vattnet rinna av, låt stå tills den svalnat och så mycket av vattnet som möjligt runnit av
- Sätt ugnen på 200 grader
- Mät upp och blanda samman [mandelmjöl](#), [kokossocker](#) och [saffran](#) i en bunke
- Rör om
- Tillsätt äggen och rör om till en slät smet
- Häll ner den avsvalnade zucchinipurén
- Rör samman allt till en fin smet
- Smörj en ugnssäker form med [ghee](#) och häll ner smeten

Vi använde en rund form med 18 cm i diameter

- Hacka och strö på [mandel](#)
- Grädda mitt i ugnen i ca 55 minuter tills den börjar få lite färg och känns torr på provstickan

Nu är din saffranspannkaka redo att avnjutas!

Saffranspannkaka



Servera den ljummen tillsammans med förslagsvis lite [lingonsylt](#) eller björnbärssylt och eventuellt lite vispad [kokosgräde](#) smaksatt med [äkta vaniljpulver](#).

Vill du ta del av fler härliga recept som passar bra runt advent och jul så vill vi tipsa om vår bok [Adventsmys & Glöggfest](#), så mycket gott!

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, kokboksförfattare 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.
