

Saftig Chokladkaka med mandelkross

SAFTIG CHOKLADKAKA MED MANDELKROSS

1 kaka, 10-12 bitar

6 st ägg

3 msk honung

1,25 dl smält kokosolja

1,25 dl kokosmjöl

0,5 dl raw kakao

1 tsk äkta vaniljpulver

2 tsk bakpulver

2 st bananer

60 g hallon

0,5-1 dl hackad mandel

HUSGERÅD

Ballongvisp

Bunke

Kastrull

Måttsats

Springform

Enligt Livsmedelsverket bör man koka importerade frysta hallon en minut innan de äts.

Saftig Chokladkaka med mandelkross

Saftig Chokladkaka med mandelkross

Så här gör du

- Sätt ugnen på 175 grader
- Vispa samman ägg och honung pösigt i en bunke
- Smält kokosolja
- Vispa ner den smälta kokosolja i äggsmeten
- Blanda de torra ingredienserna och vispa ner i smeten
- Mosa bananerna med en gaffel och rör ner i smeten
- Häll smeten i en springform, om du önskar lägga kakan på ett annat fat när den är klar, spänn fast bakplåtspapper i botten på formen
- Tryck ner hallon i kakan
- Strö hackad mandel över kakan
- Grädda mitt i ugnen i 35-40 minuter, känn med provsticka om den är klar, ska ej vara kladdig
- Låt kakan svalna
- Ät och Njut!

Avnjut din kaka precis som den är eller tillsammans med lite [vispad kokosmjök](#)/kokosgrädde smaksatt med äkta vanilj.

Sätter någon på kaffet? Fikat är klart!

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

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