

# Spröda Kardemummakakor

## SPRÖDA KARDEMUMMAKAKOR

Ger 16 st kakor

### BAKTID:

25 minuter

2,5 dl mandelmjöl

1 dl tapiokamjöl

1 tsk bakpulver

1 tsk nystött kardemumma

1 nypa havssalt

2 msk smält ghee

3 msk lönnsirap

### HUSGERÅD

Måttsats

Bunke

Kastrull

Allergiinformation: Receptet innehåller mandel.

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

# Spröda Kardemummakakor

## Spröda Kardemummakakor

Spröda små kakor med underbar smak av kardemumma. Dessa spröda kardemummakakor smakar ljuvligt gott till kaffet!

Älskar du de där små runda och spröda finskorporna med smak av kardemumma som bl.a. kan ses på fikabordet på jobbet? Då är detta receptet för dig.

### Farmor Ellas småkakor

Förtjusningen i att njuta av småkakor till kaffet finns med sedan barnsben. Ett besök hos farmor eller mormor innebar nästan alltid ett kaffebord uppdukat med ett fat fyllt med härliga småkakor.

I vuxen ålder är det inte utan att man gärna tar en god kaka till kaffet då och då. Och farmor Ellas receptbok fylld med härliga kakrecept är ett fint arv som jag är så tacksam över att få förvalta och låta mig inspireras av.

Farmors kakrecept har inspirerat mig mycket när vi gjorde vår bakbok [Nyttigare gott](#) och även om mina recept är bakade utan gluten mejerier och vitt socker så är hennes kakrecept en skatt att vårda.



### En kaka till kaffet

Receptet på dessa spröda kardemummakakor har precis det där lilla extra som smakar fantastiskt gott till en kopp kaffe.

Baka och njut av ljuvligt spröda kardemummakakor!

# Spröda Kardemummakakor

## Så här gör du

- Sätt ugnen på 175 grader
- Blanda samman de torra ingredienserna i en bunke så att de blandar sig väl
- Tillsätt smält ghee och lönnsirap
- Blanda samman till en något kladdig deg
- Jobba ihop degen och rulla ut till en rulle på ca 30 cm

**Tips!** Om du tycker att degen är svår att rulla till en rulle så ställ in degen i kylan en stund så att den blir fastare i konsistensen.

- Dela rullen i 16 bitar
- Rulla varje bit till en boll och lägg på en plåt med bakplåtspapper
- Tryck till varje boll något med en gaffel, du kan behöva blöta gaffeln med lite vatten emellanåt så att den inte fastnar i degen
- Grädda kakorna mitt i ugnen i 10–12 minuter tills de börjar få lite färg
- Ta ut och låt svalna

Förvara dina spröda kardemummakakor torrt i en plåtburk.

Duka fram och njut av ett gott fika!



## Goda småkakor

Vill du baka och låta dig inspireras av ännu fler goda recept på småkakor till ditt fika så kan vi tipsa om dessa:

- [Korintkakor](#)
- [Chokladdrömmar](#)
- [Kokostoppar](#)

Tid att njuta!

# Spröda Kardemummakakor

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.

---