

INGREDIENSER

- 1 Dåse red kidney beans
- 2 Bananer
- 150 g æggehviler
- 3 spsk rå kakao
- 2 spsk sukrin gold
- saften fra en hel appelsin
- 100 g mørk chokolade
- 20 g mandler

FREM GANGSMÅDE

1. Mandler og chokolade hakkes groft.
2. Kidney beans, bananer, æggehviler, rå kokao, sukrin gold og saften fra en appelsin blendes til massen ikke længere er klunpet
3. Vend nu de hakkede mandler og chokoladen i den blendede kagemasse
4. Dejen hældes nu i et ildfast fad med bagepapir i og bages i 20 minutter ved 200 grader.



Chokoladekage uden hvede



2 servings



30 minutes

INGREDIENSER

- 200 g Hytteost
- 200 g Havregryn
- 2 æg

Fremgangsmåde

1. Alle ingredienser blendes sammen i en skål til det er en stor fast klump, hvis du ikke kan få det til at hænge sammen tilsæt da en lille smule vand
2. Bages i oven i 20 minutter ved 200 grader.