

# Banankake



150 g kokosolje	}	<i>røres hvitt i en kjøkkenmaskin</i>
2 dl rårørsukker		
1 dl sukrin		
3 egg	→	<i>has i ett og ett om gangen</i>
3 dl gresskarkjernepulver	}	<i>blandes</i>
1,5 dl finmalte mandler		
2 ts bakepulver		
1 ts natron		
2 dl rømme	}	<i>moses sammen og has i resten</i>
3-4 modne bananer		
150 g sjokolade	→	<i>has i til slutt</i>

*Stekes i ei lita langpanne nederst i ovnen ved 190°C i ca 45 min.*

Når kaka er ferdig kan du sikte litt Sukrin melis/melis over kaka. Kan gjerne serveres varm, f.eks. sammen med is eller krem, men er også deilig kald.

Denne kaka er helt uten gluten og dårlig sukker, og inneholder større mengder protein og mineraler enn vanlig banankake. Her får du også sunne fettsyrer fra kokosoljen.

*Nytes med god samvittighet!*

*Vel bekomme!*