

CENTER FOR INTEGRATIV TRAUMEBEHANDLING

Simones Rawkage

GLUTENFRI | LAKTOSEFRI | VEGANSK



OPSKRIFT

INGREDIENSER:

130 g mandler
30 g kokosmel
8 bløde Medjool dadler + 200 g dadler uden sten
2 spsk. raw kakao
2 spsk. kokos- el- agavesirup
1-2 spsk. mandelmælk 1,2 dl mandelmælk
1 tsk. vaniljepulver
2 spsk. mandelsmør
2 spsk. kokosolie



TID

2 TIMER & 45 MINUTTER



ANTAL

4 PERSON

Denne kage "kom til verden" en dag mine to veninder og jeg skulle holde fælles fødselsdag og spise lækker kage sammen. Jeg er laktoseallergiker, og de andre er henholdsvis glutenallergiker og veganer. I stedet for at lave 3 forskellige kager, besluttede jeg mig for at skabe en kage, som vi alle 3 kunne spise. Det blev til denne dejlige glutenfri, laktosefri og veganske chokoladekage.

Jeg håber den bringer dig glæde og rare øjeblikke,
Kærlig hilsen

Simone

INDHOLD TIL HVERT STEP

BUND

130 g mandler
30 g kokosmel
8 bløde medjool dadler
2 spsk. raw kakao
2 spsk. kokos- el- agavesirup
1-2 spsk. mandelmælk
¼ tsk. flagesalt
1 tsk. vaniljepulver

SALTET DADELKARAMEL

200 g dadler uden sten
1,2 dl mandelmælk
2 spsk. mandelsmør
2 spsk. kokosolie
1 tsk. vaniljepulver
½ tsk. flagesalt

CHOKOLADE MOUSSE TOPPING:

1,2 dl kokosfløde (den hårde del af kokosmælken)
100 g mørk chokolade min. 70 %
1 drys salt

Fremgangsmåde



BUND

1. Kom alle ingredienser til bunden i en foodprocessor og kør det til en smuldret og klistret konsistens.
2. Tryk det jævnt ud i ind 22cm tærteform beklædt med bagepapir, så du nemt kan tage kagen ud igen.
3. Sæt bunden på køl mens du laver karamellen.

SALTET DADELKARAMEL

1. Kom de udstenede dadler i en skål og hæld kogende vand over dem og lad dem trække i 15 min.
2. Hæld vandet fra og kom alle ingredienserne til karamellen i en foodprocessor og blend det helt jævnt og cremet.
3. Spred karamellen ud over bunden og stil den på køl i 1 time.

CHOKOLADE- MOUSSE TOPPING:

1. Kom kokosfløden i en gryde og lad den smelte ved lav varme.
2. Tilsæt chokoladen lidt af gangen, og rør i det indtil alt chokoladen er smeltet.
3. Fordel chokomoussen henover karamellen, drys evt. med lidt flagesalt og stil den på køl i min. 1 time inden den serveres.