

# Blomkålsuppe, ass!



Det regner i Oslo. Det regner kanskje som det aldri har regnet før. Restene fra den kokvarme sommeren risler og renner av støvlene. Og jeg tenker: Hva med litt suppe? Hva med en rykende varm eliksir som trøster sjelen og tenner håpet? Denne er akkurat sånn jeg mener en blomkålsuppe skal være: myk, tydelig karakter og akkurat passe tykk. Omtrent som meg. ☐

## **Du trenger:**

*1,5 blomkål, delt i buketter*

*1 stor gul løk, grovhakket*

*1 stort fedd hvit, finhakket*

*2 poteter, skrelt og delt i mindre biter*

*1 liter kyllingkraft, evt buljong*

*ca 2 dl seterrømme*

*salt, pepper, sitronsaft (smak til)*

*litt smør eller olje til steking*

### **Tilbehør:**

*3 chorizo eller en annen god pølse, i skiver*

*0,5 purre i skiver*

*godt brød*

### **Slik gjør du:**

Ha litt smør i en tykkbunnet kjele og sett på middels varme. Stek løken et par minutter og ha i hvitløk. Fres litt til før du har i blomkål og potet. Hell over kraft og kok opp. La putre under lokk i ca 15 minutter til potet og blomkål er møre. Bruk en stavmikser og kjør suppen glatt. Rør inn rømme og smak til med salt, pepper og sitronsaft.

Stek pølser på middels varme i en stekepanne. Ha i purren når pølsene har fått farge og stek til purren faller litt sammen.

Hell suppen opp i dype tallerkener og server med chorizo, purre og godt brød. Og smør! Alltid smør.

Oppskriften er basert på en jeg fant hos Linda Stuhaug.



---

**Supergod rullekake med salt karamellsaus og banan**



Det er søndag, det er februar, det er morsdag. Jeg vet at mange har et anstrengt forhold til denne dagen.

Mor.

Mamma.

Et ord fulladet med følelser.

En ensom dag blant flere, for mange. Sosiale medier stappfulle av blomster og kaker og vellykkede relasjoner.

Kanskje har du ikke gode assosiasjoner til ordet mamma fordi hun ikke var den du skulle ønske hun var?

Kanskje er du ikke mamma, men skulle gjerne vært det?

Kanskje er du mamma, men føler du ikke gjør en god nok jobb?

Kanskje er du alenemamma og får hverken blomster eller kake?

Kanskje har du akkurat vært gjennom et samlivsbrudd?

Kanskje du savner mammaen din?

Tro meg. Personlig kan jeg krysse av på flere av disse punktene. Men i dag er det savnet etter mamma som er størst. For selv om hun ikke er død, blir min mamma borte. Tegningen av en tilstedeværende, klok og vakker person, viskes sakte ut av livets viskelær. Og hendene som en gang var sterke og trygge, holder ikke lenger meg. Nå er det jeg som holder henne.

Så dagens kake går ikke bare til alle mødre. Men til alle som av en eller grunn trenger litt kake eller en trygg hånd i dag. Det er flere av oss. <3

### **Du trenger:**

#### **Til karamellsausen:**

- 1 dl kremfløte
- 1 dl sukker
- 1 dl lys sirup
- 1 ts vaniljesukker

#### **Til rullekaken:**

- 3 egg
- 2 dl sukker
- 2 dl siktet hvetemel
- 2 ts bakepulver
- 0,5 dl melk

#### **Til kremfyllet:**

- 3 dl kremfløte
- ca 2 bananer (litt avhengig av hvor glad du er i banan!)

#### **Til pynt:**

- ca 50 g smeltet mørk sjokolade, evt et par ruter ekstra for å rive over kaken til sjokoladespon

## **Slik gjør du:**

Start med karamellsausen. Ha fløte, sirup og sukker i en liten gryte og kok opp mens du rører det sammen. La småputre i 6 minutter. Ta av varmen og rør inn vaniljesukker. Avkjøl helt i romtemperatur.

Sett ovnen på 250 grader, vanlig over- og undervarme. Kle et stort stekebrett med bakepapir.

Finn frem et annet stekebrett med bakepapir og pensle papiret med smeltet smør og strø over et jevnt lag med sukker. Sett til side.

Pisk egg og sukker til skikkelig luftig eggedosis. Bland sammen mel og bakepulver i en annen skål og vend med i eggedosisen. Rør forsiktig inn melken. Bre kakerøren jevnt utover på det papirkledde stekebrettet.

Stek kaken midt i ovnen i 4 minutter. Ta kaken ut og legg umiddelbart bakepapiret med sukker ned mot toppen kaken. Legg på det andre stekebrettet og hvelv kaken rundt slik at du forsiktig kan trekke av bakepapiret som lå under kaken i ovnen. Det kan være lurt å pensle utenpå papiret med kaldt vann for å få det av.

Avkjøl kaken helt.

Når kaken er kald pisker du kremen til fyllet. Ringle karamellsaus over kakebunnen og fordel den piskede kremen over. (Jeg sparte litt karamellsaus til å servere ved siden av kaken). Strø skivet banan over det hele før du ruller kaken tett sammen fra langsiden. Avslutt med å ringle over smeltet sjokolade og pynt med revet sjokolade.

Kos deg.

(Oppskriften har jeg fra «Hembakat»).



# Saftig sjokoladekake med Dumle



Det har blitt desember.

Det har vært november.

Jeg har endelig lært meg å elske november.

November er som et dystert og kranglete barn som tester tålmodigheten din og ikke gir deg så mye kjærighet tilbake.

Men jeg tar det jeg får.

En strålende soloppgang.

Nakne grener med glitterfrost og knopper som hvisker om vår.



En isklar stjernehimmel.

Et kaldt soverom.

Vakkert vinterlys som sprenger inn i sinnet.

Et varmt skjerf som kjærteegner kinnet.

En trygg armkrok.

En bok.



Enten det er november eller desember, blir det sjelden feil med sjokoladecake. Og med Dumle blir det ekstra digg!

**Du trenger:**

*175 g meierismør*

*100 g mørk sjokolade, grovhakket*

*2.5 dl sukker*

*0,5 dl lys sirup*

*2 ts vaniljesukker  
0,75 dl kakao  
1,75 dl siktet hvetemel  
3 egg  
18 Dumle karameller delt i to*

### **Slik gjør du:**

Sett ovnen på 200 grader, over- og undervarme.

Finn frem en kvadratisk eller rund springform på ca 23 cm og kle den med bakepapir. (Jeg pleier å smøre den først for da fester papiret seg bedre).

Finn frem en halvstor gryte, du skal blande hele kakerøren i gryten.

Smelt smøret i gryten. Når smøret er helt smeltet har du i sjokoladen. Tilsett så sirup, sukker, kakao og vaniljesukker. Rør rundt til sjokoladen har smeltet og du har en glatt røre. Ha i egg og mel og rør igjen til alt er blandet.

Ha røren i kakeformen og bre den jevnt. Del karamellene i to med en skarp kniv. Stikk dem ned i kakerøren med «snittsiden» opp.

Stek kaken midt i ovnen i 25 minutter.

Avkjøl og skjær i biter.

Kos deg.



# Sukkerfri eplepai

ANNONSE



Det er oktober. Ute har årstiden lekt seg med pensler og maleskrin og jeg nyter den fargerike høstutstillingen, det vakre lyset og lyden fra løvet når jeg vasser i dem i gata.

Jepp! Høsten har mye å by på, men en soleklar favoritt er likevel eplekake! Duften av eple og kanel som sprer seg over hele huset, blir jeg aldri lei av. Denne eplepaien er helt sukkerfri og smaker nydelig med litt pisket krem.



**Du trenger:**

**Til deigen:**

*300 gram siktet hvetemel*

*1 ts bakepulver*

*150 gram smør*

*1 egg*

*0,5 ts vaniljepulver (kan sløyfes)*

*2,5 ss [Natreen strø](#)*

*2-3 ss iskaldt vann (bare nok til at deigen samler seg)*

**Til eplefyllet:**

*6 epler*

1 ss kanel

1 ss sitronsaft

2 ss [Natreen strø](#)

1 egg + 1 ss melk, til pensling



### **Slik gjør du:**

Ha smør, mel, [Natreen](#), vaniljepulver og bakepulver i en foodprosessor og kjør til en smulete konsistens. (Kan også gjøres med fingrene). Tilsett egget og rør kjapt. Ha i litt og litt vann til deigen samler seg og du kan kna den sammen. Legg deigen i en plastpose og la den ligge i kjøleskapet til den er kald. Ca en time.

Skrell eplene. Riv dem på den grove siden av et rivjern. Bland sammen eple, kanel, sitron og [Natreen](#) i en bolle. (Sitronen gjør sånn at eplene ikke blir så brune).

Sett ovnen på 180 grader.

Finn frem en paiform (jeg har en med løs bunn) og pensle den med litt smeltet smør.

Ta deigen ut av kjøleskapet og del den i to. Den ene delen skal være 2/3 av deigen og den andre 1/3.

Ha litt mel på kjøkkenbenken.

Kjevle den største biten til en rund leiv, ca 0,5 cm tykk. Legg leiven oppi paiformen, trykk den ut og opp over kantene. Juster og flytt noen biter evt, om den ikke dekker over alt.

Fordel eplefyllet i paiformen.

Kjevle den siste biten paideig på kjøkkenbenken så den er ca 0,5 cm tynn. Skjær lange striper av deigen, ca 1 cm brede. Lag et gittermønster over eplefyllet. Skjõt deigstripene der de er for korte.

Pisk raskt sammen egg og melk og pensle paideigen på toppen.

Stek paien midt i ovnen i ca 30-35 minutter, eller til deigstripene har fått en gyllen farge.

Ta paien ut og la avkjøle på rist.

Server med pisket krem (jeg hadde litt Natreen i fløten før jeg pisket den) og friske bær.

Kos deg!



---

**Sprø parmesanchips med  
cashewnøtter**





For mange år siden gikk jeg på et Grete Roede kurs. Jeg fikk mye ut av det kurset, men det er én viktig ting jeg lærte som har fulgt meg siden. Det var nemlig en av deltakerne som spurte om det gikk an å ha litt parmesanost på Cæsar-salat selv om man slanker seg. Og det var da kurslederen delte dette gullkornet: «Det er ikke litt parmesanost man legger på seg av, vet du».

Så folkens. Det er bare å kose seg med parmesan! Og hvorfor ikke starte med disse sprø chipsene? Godkjent av Grete Roede.

□

#### **Du trenger:**

(6 parmesanchips)

*0,5 dl cashewnøtter, finhakket*

*ca 3 dl finrevet parmesanost*

## Slik gjør du:

Sett ovnen på 180 grader, vanlig over- og undervarme.

Kle et stekebrett med bakepapir. Fordel de finhakkede nøttene i 6 små hauger på stekebrettet. La det være litt plass i mellom. Strø så over ca 0,5 dl ost på hver nøttheaug.



Stek midt i ovnen i ca 10 minutter, eller til osten har smeltet og fått en gyllen farge. Avkjøl noen minutter på stekebrettet til chipsene har satt seg. Flytt så over på en rist, så de får avkjøle helt.

Kos deg.

Ps. Disse chipsene er inspirert av noen jeg har spist hos Kajsa's catering.



---

**Superdigg salat med pære og  
norzola ost**



I kveld tenker jeg på kjærligheten. På å finne en du passer sammen med. En som får frem det beste i deg. Som holder deg i hånden og ikke stikker når livet blir vanskelig. Dét er verdt å vente på.

Jeg kjenner faktisk et sånt par. Et perfekt par som utfyller hverandre og som vil elske hverandre resten av livet:

Pæra og Blåskimmelosten.

Jepp. Bare prøv selv!

**Du trenger:**

(nok til 3-4)

*4 rause never blandet grønn salat, jeg hadde issalat og ruccola*

*2 pærer, vasket, kjernehus fjernet og skåret i tynne båter/skiver*

*150 gram fast blåskimmelost, jeg hadde norzola*

*75 gram valnøtter, hakket (blir ekstra gode om du rister dem lett i en tørr stekepanne)*

*100 g serranoskinke eller annen god spekeskinke*

*god balsamico eddik og olivenolje (mine er fra Oliviers og co)*

*en liten skvis sitrønsaft*

*havsalt og pepper*

**Slik gjør du:**

Legg salat utover et fat. Fordel så pære, ost, nøtter og spekeskinke over salaten. Ringle over olivenolje og balsamico eddik og skvis over litt sitron. Avslutt med litt salt og pepper.

Kos deg.



---

**Seige sjokoladekjeks med mint  
Daim**



Jeg ligger i en ball på sofaen. Jeg har pledd, jeg har te, jeg har stearinlys. Jeg hører på melankolsk musikk og leter etter trøst i teksten. Jeg er forelska. Skikkelig forelska. Sånn håret reiser seg i nakken, le ukontrollert, slutte å spise, slutte å sove, stirre på telefonen, stirre ut i luften, vente på alt og ingenting, falle i staver, forelska.

Og om du har vært skikkelig forelska før. Så vet du at there aint no cure for love. Men vi har alltid sjokoladekjeks. Og sjokoladekjeks, det skal man ikke kimse av.

**Du trenger:**

*70 gram mykt meierismør*

*70 gram brunt sukker*

*55 gram hvitt sukker*

*1 egg*

*100 gram siktet hvetemel*

*25 g kakao*

*0,25 ts natron*

*1 ts bakepulver*

*0,25 ts salt*

*2 doble pakker Daim sjokolade med mint (vanlig Daim funker også)*

*50 gram store havregryn*

### **Slik gjør du:**

NB. Kjeksrøra har godt av å hvile minst en time i kjøleskapet og gjerne natten over.

Pisk smør og sukker til det har en kremet konsistens. Pisk så inn egget. Bland kjapt sammen mel, kakao, bakepulver, natron og salt og rør dette inn i sukkerblandingen. Hakk daimen og rør tilslutt sjokolade og havregryn inn i røra til alt er blandet. Sett inn i kjøleskap.

Ta ut røra og sett ovnen på 175 grader. Form kuler av deigen. Om du vil ha ganske lik størrelse på kjeksene, lar du de veie omtrent det samme, ca 55 gram.

Ha ca 6 kjeks på hvert stekebrett (de flyter ut) og stek midt i ovnen i ca 15 minutter. La kjeksene avkjøle et par minutter før du forsiktig flytter dem over på rist. Oppbevares i tett boks.

Kos deg.

(Inspirasjon til disse kjeksene fant jeg på denne fine bloggen: <http://thefoodfactory.dk>)





*«I gotta take a little time  
A little time to think things over  
I better read between the lines  
In case I need it when I'm older  
Now this mountain I must climb  
Feels like a world upon my shoulders  
Through the clouds I see love shine  
It keeps me warm as life grows colder  
In my life there's been heartache and pain  
I don't know if I can face it again  
Can't stop now, I've traveled so far*

*To change this lonely life*

*I wanna know what love is*

*I want you to show me*

*I wanna feel what love is*

*I know you can show me»*

<3

---

## En sommerdag hos Bollefrua



Det er blitt august og luften har fått et annet drag. Ennå er det sommerferie for meg og min familie, men snart kommer hverdagen dundrende som et travelt godstog. Men i dag har jeg

lyst til å fortelle deg om en dag fra min sommer:

*Det er mandag, det er juli og det er ferie. (Eller innimellom føles det i det minste litt som ferie). Jeg sitter i en sofa på en øy og spiser frossenpizza. Altså nå er den stekt, men du vet.*

*I dag har jeg vært en monstermamma. Såpass ærlig må jeg være. En monstermamma som spiser frossenpizza, det blir vel knapt bedre enn det. Eller forresten. Jeg har spist en halv pakke kjeks også. Sånn kan det gå.*

*Uansett.*

*Midt i min monstemamma-som-spiser-frossenpizza-og-kjeks-dag måtte vi innom et kjøpesenter.*

*Et kjøpesenter.*

*Alene med tre barn som er spesialister i monstermammaterging? Dét gjør virkelig underverker for selvfølelsen.*

*Derfor så jeg nok alt annet enn imøtekomende ut når en vilt fremmed ung jente kom bort til meg. Hva ville hun med monstermamma/cookiemonster-versjonen av meg?*

*«Så utrolig fin kjole du har!»*

*Sa hun.*

*Fy flate, så mye de ordene betydde for meg akkurat da! Det viktige var ikke komplimentet i seg selv, men det at noen fremmede brydde seg.*

*Så min oppfordring til deg i dag er å spre litt mer kjærlighet. Og lag små fester i hverdagen. Livet er NÅ.*

*(Så enkelt kan et fruktfat bli hakket frekkere. Bare sleng på litt kjeks og sjokolade).*



---

# Sukkerfri sjokoladecake med jordbærkrem (og Natreen)

ANNONSE



Det er sommer! Sommer i Norge med alt det rommer: myke, lyse netter, bare bein i nyslått gress, strålende sol, sildrende regn, vaiende vind, tempererte svaberg, mengder av myggstikk, markblomster og ikke minst: FERIE. Og med ferie kommer forhåpentligvis litt overskudd til å gjøre alt man kanskje ikke orker når hverdagen stormer for fullt. Som å bake en kake og invitere noen som gjør deg glad? Sitte ute og høre humla suse og snakke om livet og kjærligheten? Og når kaken faktisk er sukkerfri, så kan du jo unne deg et ekstra stykke. Eller kanskje to.



**Du trenger:**

**Til kaken:**

*75 gram sukkerfri, finhakket sjokolade, jeg brukte 85%*

*75 gram meierismør*

*2 egg*

*1,8 dl [Natreen](#) strø*

*75 gram siktet hvetemel*

*0,5 ts vaniljepulver*

*1 ts bakepulver*

**Til kremen:**

*1,5 dl fløte*

*75 g kremost, naturell*

*ca 0,3 dl [Natreen](#) strø*

*ca 175 gram jordbær + noen ekstra til pynt*



**Slik gjør du:**

Sett ovnen på 175 grader, vanlig over- og undervarme.

Finn frem en 20 cm springform og kle bunnen med bakepapir.

Smør kantene med smeltet smør.

Ha smøret i en liten kjele og smelt over lav varme. Tilsett sjokoladen og la den smelte mens du rører forsiktig. Avkjøl litt.

Ha eggene i en bakebolle og pisk til en luftig krem. Tilsett [Natreen](#) strø og pisk skikkelig inn. Rør så varsomt inn den lunkne sjokoladeblandingen. Sikt til slutt inn mel, bakepulver og vaniljepulver og vend det forsiktig inn i røren. Du vil merke at mye av «luften» vil gå ut av røren, men forsøk å beholde så mye som mulig. Hell over i springformen og glatt jevnt utover. Stek midt i ovnen i ca 15-16 minutter. Ta kaken ut og avkjøl i formen på en rist.

### **Slik lager du kremen:**

Pisk kremfløten ganske stiv. Ha smøreost i en skål og rør inn [Natreen](#). Tilsett to-tre av jordbærene og mos dem skikkelig med en gaffel og rør igjen.

Grovhakk jordbærene.

Bland osteblandingen forsiktig inn i den piskede kremen og vend til slutt inn de hakkede jordbærene. Du må smake på kremen. Hvis jordbærene er sure er det mulig du må tilsette 1-2 teskjeer Natreen.

Fordel kremen over den avkjølte sjokoladekaken og pynt med friske jordbær.

Kos deg.





---

**Himmelsk “kladdkake” med hvit sjokolade og rabarbra**



Det er søndag, det er sommer og det er hetebølge. Jeg gjennomgår en intens utavkroppen opplevelse hvor jeg ser meg selv gå på jobb, lage middag og legge barn, mens sjelen min ligger på en strand og leser bok under en palme. Jeg har gått tom for sommerklær, søvn og solkrem og har sluttet og bry meg om bikiniskille, svetteringer og sommerkropp. Jeg vet at det ikke er innafor å klage, vi lever i Norge, tross alt. MEN DET ER NOK NÅ. DET ER JO FOR VARMT TIL Å BAKE!

Men når himmelens over- og undervarme skrus ned til 175 grader, kan du smelle sammen denne himmelske kaken som formelig smelter på tungen. Så bytter du bare ut solkrem med pisket krem og slenger på noen friske bær. Også koser du deg.  
□

**Du trenger:**

*ca 150 g rabarbra + 1 ss sukker + 1ss mel*

*100 g smør*

100 g hvit sjokolade

2 egg

2 dl sukker

2 dl hvetemel

2 ts vaniljesukker

Friske jordbær og 2 dl kremfløte, til servering

### **Slik gjør du:**

Sett ovnen på 175 grader. Kle bunnen av en 20 cm rund springform med bakepapir og smør kanten med litt smeltet smør.

Vask rabarbraen og skjær i tynne skiver. Vend bitene i 1 ss sukker og 1 ss siktet hvetemel og la stå. N

Finn frem en middels stor gryte (du skal ha hele røra i gryta). Smelt smør og tilsett hvit sjokolade. Rør forsiktig rundt på lav varme til sjokoladen har smeltet. Ta gryten av varmen og tilsett ett egg. Rør inn før du tilsetter neste. Ha i sukker, mel og vaniljesukker og bland til du har en røre uten klumper. Hell røren over i formen i et jevnt lag. Fordel rabarbraen over toppen og stek midt i ovnen i ca 27 minutter. Kantene på skal være stekt, men midten skal være litt skjelven når du dytter på formen. Avkjøl helt før du setter den i kjøleskapet i minst 2 timer eller natten over. Server med friske bær og pisket krem.

Oppskriften fant jeg hos "[Fridas bakblogg](#)".



---

**Fresh byggrynssalat med  
kikerter og urter**



Det er søndag og sol og lukten av engangsgriller henger tungt over Oslo. Selv er jeg glad i grillmat, men aller best liker jeg tilbehøret. Denne salaten er utrolig frisk og lett, samtidig gjør byggrynet at den metter godt. Anbefales!

**Du trenger:**

*ca 2,5 dl ferdig bløtlagt byggryn, tilberedt etter anvisning på pakken (kan erstattes med bulgur/couscous*

*1 rød paprika, i små terninger*

*1 agurk, skrelt og frø fjernet, i små terninger*

*1 avocado i terninger*

*1 boks kikerter, avrent lake og skylt*

*0,25 rødløk, finhakket*

*1 håndfull dill, finhakket*

*1 håndfull persille, finhakket*

*saft av ca 1 sitron*

*0,5 dl olivenolje*

*1 stort fedd hvitløk, finhakket*

*1 ts malt cummin*

*1 ts sukker*

*nykvernet pepper*

*ca 0,5 ts salt, smak deg frem*

**Slik gjør du:**

Bland sitron, hvitløk, olje, salt, sukker, cummin og olje i en liten skål og sett til side.

Vend resten av ingrediensene i en større bolle og hell over dressingen. Bland godt og sett kjølig til servering.

Kos deg.



---

**Fløyelsmyke sones med  
daimsjokolade**



Det er søndag. Nok en deilig vårdag er forbi og bare minnene står igjen. Humla surrer dovent gjennom hagen. To stoler står tett sammen, rettet mot solens siste stråler, en forlatt (men elsket) trehjulssykkkel, en håndfull blomster i en liten vase, et par sko ved trampolinen og en fotball som har tatt kvelden etter en aktiv dag.

Det er en stor stor lykke å få leve og en enda større sorg at alt en dag skal ta slutt.

Men midt i mellom alt dette skal hverdager være og vi skal spise scones. Med Daim.

**Du trenger:**

(ca 15 scones)

*700 g siktet hvetemel*



170 g sukker

200 g melkesjokolade med Daim, hakket (kan sløyfes)

4-5 ts bakepulver

250 mykt meierismør

3,5 dl lettmelk

evt egg til pensling

### **Slik gjør du:**

Sett ovnen på 210 grader, vanlig over- og undervarme.

Kle et stekebrett med bakepapir.

Bland sammen alle ingrediensene i en bakebolle. Jeg begynnes ofte med en sleiv og fortsetter med fingrene. Deigen skal være litt klissete og skal ikke jobbes for mye med.

Ha litt mel på kjøkkenbenken og vipp deigen oppå. Del opp i to like store deler som du former til en sirkel som er ca 5 cm høy. Del opp i 7-8 «pizzastykker» eller trekantene. Legg over på stekebrett og pensle med sammenvispet egg.

Stek midt i ovnen i ca 20 minutter eller til sconesene er gylne og har en hul lyd når du banker på dem.

Avkjøl på rist.

Kos deg.

Oppskriften er fra den vakre bakeboka til Godt brød.



---

**Saftig gulrotkake med  
appelsinglasur**



I mitt liv finnes det to type søndager. Enten de mørke og ørkenaktige med hverdagsangstkaravaner og frynsete nerver eller en lys og luftig helgedessert med fredfull energi. I dag våknet jeg heldigvis til den sistnevnte. Kaffe i sofaen badet i vårsol, karneval med gode venner og mye kos. Og til karnevalet bakte jeg en supergod gulrotkake! Litt mer som en formkake i konsistensen og med en deilig og frisk glasur. Sa jeg helgedessert? ☐



**Du trenger:**

**Til kaken:**

4 egg

1 dl rømme

1 dl Philadelphia ost

0,5 dl kremfløte

2, 5 dl solsikkeolje

5 dl siktet hvetemel

2 ts bakepulver

1 ts kanel

1 ts malt ingefær

0,25 ts malt muskatnøtt  
2 dl sukker  
ca 200 g gulrøtter, revet

### **Til glasuren:**

150 g Philadelphia ost  
35 g mykt meierismør  
2 ts presset sitronsaft  
5 ts presset saft av appelsin  
3 dl melis

### **Pynt:**

tuttifruktistrø  
sjokoladelinser

### **Slik gjør du:**

Sett ovnen på 150 grader, vanlig over- og undervarme. Finn frem en springform på ca 23-24 cm i diameter og kle bunnen med bakepapir og smør kantene med smør.

Ha krem, Philadelphia ost, rømme, olje og egg i en bakebolle og pisk til en slett røre. Tilsett mel, sukker, bakepulver og krydder og pisk sammen. Rør tilslutt inn gulrøtter. Hell røra over i formen og bak midt i ovnen i 1 time og 15 minutter. Avkjøl kaken helt før du har den på et fat.

Ha alle ingrediensene til glasuren i en bolle og pisk til en blank krem. Smak evt til med mer sitron eller appelsin. Bre glasuren over kaken og pynt med tuttifruktistrø og sjokoladelinser.

Kos deg.



---

**Seig sjokoladekake med luftig  
melkesjokoladeglasur**



Det er søndag. Jeg ligger i sofaen og tenker på hvorfor jeg ikke føler meg mer voksen. Hvorfor vil ingen bli voksne? Det er ikke fordi jeg er redd for rynker eller fordi jeg vil føle meg kul og ungdommelig igjen. Jeg vil ikke være voksen fordi det er så fantastisk skummelt! Fordi det å innse at det er jeg som har ansvaret, at jeg ikke lenger bare kan ringe mamma, det skremmer meg. Så da går jeg bare rundt og later som. Og gjør voksne og flinke ting. Og håper at ingen oppdager at jeg egentlig bare er en forvirret 20 åring som spiser sjokoladecake i smug.

### **Du trenger:**

(Oppskrift er hentet fra ["Fridas Bakblogg"](#))

### **Til kaken:**

*100 g smør*

*2 egg*

*2 dl sukker*

*2 dl hvetemel*

0,5 dl kakao  
1 ts vaniljesukker  
0,5 ts salt

**Til glasuren:**

100 g melkesjokolade  
100 g Philadelphia ost  
0,5 dl kremfløte

**Slik gjør du:**

Sett ovnen på 175 grader. Finn frem en springform (20 cm i diameter) og kle bunnen med bakepapir. Smør kantene på formen.

Smelt smøret på lav varme. Pisk sammen egg og sukker og rør inn det smeltede smøret. Tilsett de tørre ingrediensene og bland til du har en klumpfri røre. Hell over i formen og stek midt i ovnen i 20 minutter. Avkjøl kaken før du setter den en time eller to i kjøleskapet.

Smelt sjokoladen forsiktig i mikro eller over lav varme/vannbad. La den avkjøle litt.

Pisk sammen Philadelphia ost og kremfløte til en luftig blanding. Vend inn den smeltede sjokoladen. Fordel glasuren på den kalde kaken, jeg synes det blir fint når man bruker en sprøytepose.

Kos deg.





---

**Luftig hverdagsbrød med verdens beste skorpe**



Dette brødet, ass. Veldig enkelt å lage, ubeskrivelig godt. Og skorpen er faktisk så digg at om den var på Tinder, så hadde jeg sveipa til høyre og datet den. ☐

**Du trenger:**

*3,25 dl melk*

*35 g meierismør*

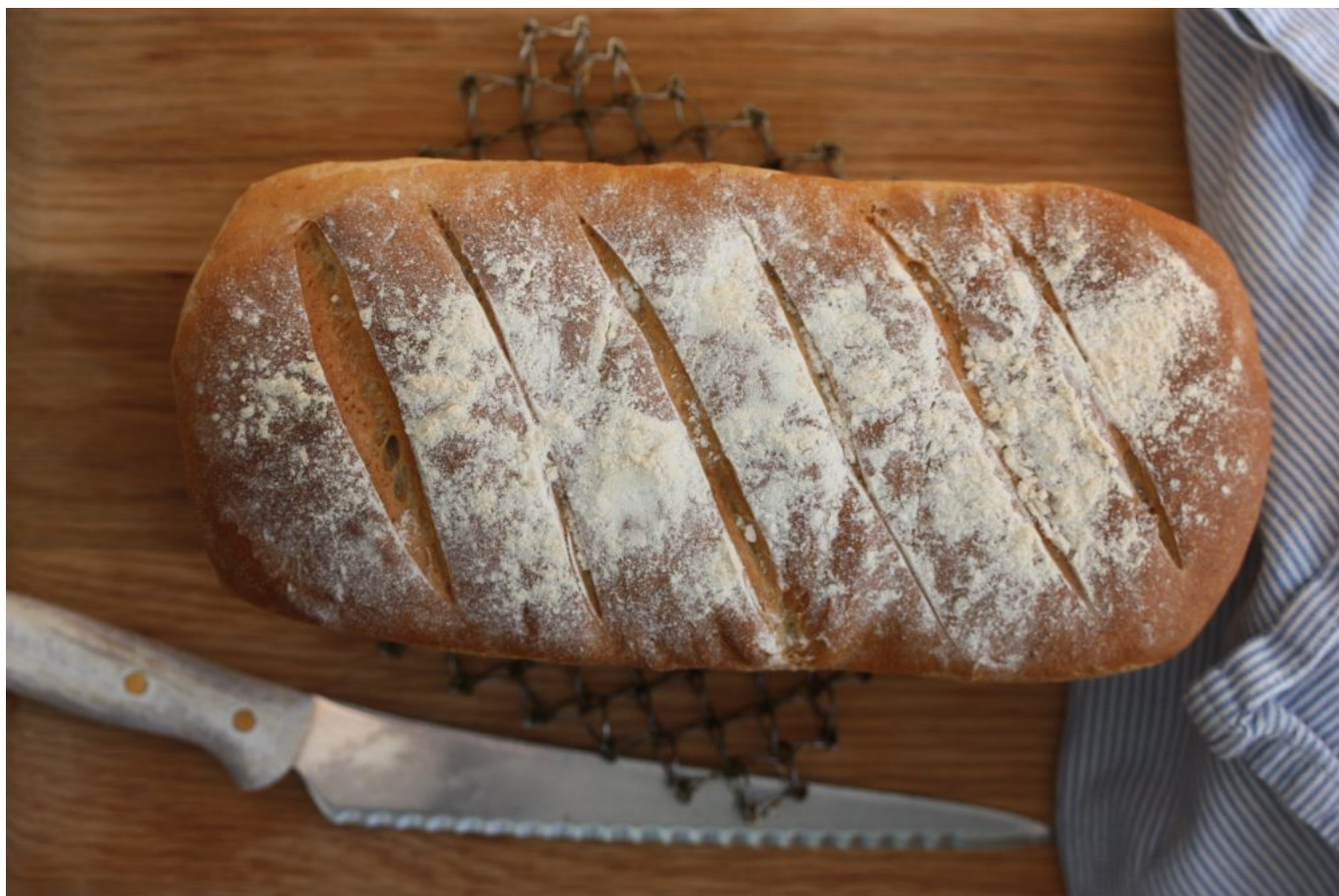
*1 ss honning*

*6 g salt*

*1 pose tørrgjær*

*100 g sammalt speltmel eller hvetemel*

*400 g siktet hvetemel*



### **Slik gjør du:**

Smør en brødform med smeltet smør og kle den med bakepapir i bunnen. Sett til side.

Ha smøret i en liten kjele og smelt det på lav varme. Tilsett honning og melk og varm forsiktig blandingen til den er lunken, ikke varm. Ha det sammalte melet, gjæren, saltet og mesteparten av hvetemelet (hold igjen en dl) i en eltebolle. Bland raskt. Hell over den lunkne væsken og elt i fem minutter (10 minutter om du gjør det for hånd). Hvis deigen virker klissete tilsetter du litt og litt av den siste desiliteren med mel til deigen «slipper kanten av bollen». Når deigen er ferdig eltet dekker du bollen med et rent kjøkkenhåndkle og setter den til heving i ca en time eller til dobbel størrelse. Så har du deigen på benken og knar den raskt sammen slik at du «slår luften ut av den». Form deigen til en avlang pølse som passer oppi brødformen og legg deigen i formen. Dekk på nytt med kjøkkenhåndkle og la etterheve i ca en time. Sett ovnen på

200 grader (vanlig over- og undervarme). Strø litt mel over brødet (kun til pynt) og snitt brødet på skrå med en sylskarp kniv. Stek brødet midt i ovnen i ca 35 minutter eller til brødet er gyllent og har en hul lyd når du banker på det. Tipp brødet ut av formen og avkjøl på rist.

Kos deg.

