

Megadigg brownie med ostepop- og melkesjokoladetopping



I kveld får du oppskriften på en sinnsykt god kake med ostepop og store mengder melkesjokolade. Altså, hva kan bli bedre enn det? Kaken er som en brownie i konsistensen og balanserer fint salt og søtt. Den smaker egentlig litt som kvikklunsj, så du må ikke digge ostepop for å like kaken. Men fordel om du liker kvikklunsj, seff. ☐ Ønsker deg en god uke! Sender ut virtuelle klemmer og masse kjærighet. <3



Du trenger:

Til kaken:

150 g meierismør

150 g melkesjokolade, grovhakket

3 dl sukker

1 ts vaniljesukker

1 klype salt

2 ss kakao

2 egg

3 dl siktet hvetemel

Til toppingen:

80-100 g ostepop (den fra Remas eget merke funker fint)

ca 400 g melkesjokolade, grovhakket

Slik lager du kaken:

Sett ovnen på 175 grader. Smelt smøret i en stor gryte. Dra gryten vekk fra varmen og ha i (første mengde) sjokolade. La den sakte smelte i smøret. Bland sukker, vaniljesukker, salt og kakao i en liten bolle. Ha det over i gryten sammen med egget og bland til en røre. Sikt i melet og bland igjen til en jevn røre. Kle en springform ca 23 cm i diameter med bakepapir og hell røren over i formen. Stek midt i ovnen i ca 22 minutter og la kaken avkjøle på en rist. Når kaken er kald fordeler du ostepopen over kaken. Smelt resten av melkesjokoladen over vannbad og fordel så jevnt du kan over ostepopen. Sett kaken i kjøleskapet en times tid så sjokoladen får stivnet.

Oppskriften fant jeg i bladet Hembakat

KOS DEG.



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 kjærtegner kinnet.

En trygg armkrok.

En bok.



Enten det er november eller desember, blir det sjelden feil med sjokoladekake. 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.



**Grove og
speltbiscotti**

sukkerfrie



Dere. Det er en tid for alt. En tid for å savne, en tid for å være sammen. En tid for å sove lenge og en for å tvinge seg opp i morgengryet. En tid for solskinn, og en for regn og innekos. En tid for å spise kaloribombekaker, men de andre dagene er det godt med noe litt sunnere. Alt handler om balanse. Balanse og fine hverdager. <3

Disse biscottiene er overraskende gode! Uten tilsatt sukker og 100 % grove gjør dem perfekte som hverdagskos. Noe for deg?

Ha en fin uke!

Du trenger:

100 g myke dadler uten stein

150 gram sammalt speltmel

2 egg

0,5 ts bakepulver

50 gram hele cashewnøtter

50 gram hele mandler med skall

en klype salt

skall av 0,5 økologisk sitron

0,5 ts vaniljepulver

Slik gjør du:

Sett ovnen på 180 grader. Bruk en stavmikser til å mose dadlene. Rør sammen mel, bakepulver, salt, vanilje og sitronskall i en bolle. Ha i moste dadler og egg. Bland sammen til en tørr deig. Kna inn nøttene og form deigen til en litt flat pølse som du legger på et bakepapirkledd stekebrett. Stek midt i ovnen i 20 minutter. Ta ut av ovnen og la avkjøle 3-4 minutter. Ha "pølsen" over på en fjøl (bruk en gryteklut, det er varmt) og skjær i 1,5 cm tykke skiver. Legg skivene tilbake på stekebrettet. Stek videre i til sammen 15 minutter, snu dem halvveis i steketiden. Avkjøl og legg i tett boks.

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!



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](#)".



Knaʞgod påsekake!



Det er flere som spør om jeg ikke snart skal få meg kjæreste.

Sannheten er at jeg alt har innledet et forhold.

Til Oslo.

Og kan du klandre meg? Oslo skuffer aldri, akkurat passe spennende, akkurat passe stor, alltid tilgjengelig, interessant, inkluderende og fin å se på. Dessuten vurderer jeg et lite sidesprang med våren. Vi hadde ei lita date i solveggen i dag og det er lenge siden jeg har følt meg så glad.

Men til alle dere der ute som ikke har vår (ennå) eller ikke kjenner Oslo:

Bak en brownie. Og siden det er påske, fyll kaken med sjokolade-egg! Garantert godt selskap i sofaen i kveld. ☐



Du trenger:

185 g meierismør, i terninger

185 g mørk sjokolade, i biter

3 store egg

275 g sukker

85 g mel

40 g kakao

5 sjokoladeegg fylt med melkekrem (feks Nidar)

150 g miniegg, evt erstatt noen med smarties eller lignende

Slik gjør du:

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

Ha smør og sjokolade i en skål som tåler å gå i mikroen. Varm i mikroen i 30 sekunder av gangen og rør mellom hver runde. Fortsett til alt er smeltet. Avkjøl litt. Alternativt kan du smelte dette i vannbad evt på veldig lav varme i en gryte.

Smør en kvadratisk form på 22 cm og kle den med bakepapir.

Ha sukker og egg i en bakebolle og pisk til eggedosis. Hell den avkjølte sjokoladeblandingen i eggedosisen og vend inn i hverandre. Tilsett mel og kakao og bland forsiktig, ikke rør mer enn nødvendig.

Hell røra i formen og stek i ca 22 minutter. I mellomtiden deler du de de fylte sjokolade eggene i to og hakker ca halvparten av de små sjokolade eggene. Etter 22 minutter tar du ut kaken, press så forsiktig de fylte eggene ned i kaken med det hvite opp. Ha over halvparten av de andre sjokoladene. Sett kaken inn i ovnen igjen og stek 5 minutter til. Ta kaken ut og sett den på en rist. Fordel resten av de små sjokolade eggene over og la avkjøle helt. Når kaken er kald, bør du sette den i kjøleskapet ca en time så den får satt seg.

Skjær i passe stykker og KOS deg.

(Oppskrift fra BBC goodfood)



Ny «theme song»: (tekst lånt av Westlife)

World of our own

*«You make me feel funny
When you come around
Yeah that's what I found out honey
What am I doing without you
You make me feel happy
When I leave you behind
It plays on my mind now honey
What am I doing without you*

*Took for granted everything we had
As if I'd find someone
Who's just like you*

*We got a little world of our own
I'll tell you things that no one else knows
I let you in where no-one else goes*

*What am I doing without you
And all of the things I've been looking for
Have always been here outside of my door
And all of the time I'm looking for something new
What am I doing without you*

*Well I guess I'm ready
For settling down
And fooling around is over
And I swear that it's true
No buts or maybes
When I'm falling down
There's always someone who saves me
And girl it's you*

*Funny how life can be so surprising
I'm just realising what you do*

*We got a little world of our own
I'll tell you things that no one else knows
I let you in where no-one else goes
What am I doing without you
And all of the things I've been looking for
Have always been here outside of my door
And all of the time I'm looking for something new
What am I doing without you»*

**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.



**Seig sjokoladecake med
oreokjeks**



Livet. Er. Komplisert. Hvert fall mitt liv. Og det går så altfor fort! Det gjelder å puste inn. Og ut. Og holde fast i de gode øyeblikkene, tenne stearinlys på de mørke kveldene og finne en hånd å holde litt i, av og til.

Og dessuten synes jeg ikke man trenger noen anledning til å bake. Glem farsdag, liksom! Vi burde heller bake mye oftere. Og jeg elsker når jeg finner oppskrifter som er enkle og likevel smaker himmelsk. Bare sjekk ut denne seige «kladdkakan» med oreokjeks! Røra lages i en gryte med en sleiv, snakk om minimalt med oppvask.

Livet er komplisert, men baking er enkelt!

God søndag. ☐



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

1 pk oreokjeks (eller 3 forsvant før jeg rakk å bake)

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 kjeksene i to med en skarp kniv. Stikk kjeksene ned i kakerøren med «snittsiden» opp. Eventuelle knuste biter strør du bare over tilslutt.

Stek kaken midt i ovnen i 25-27 minutter. Min var perfekt etter 27.

Avkjøl og skjær i biter.

Kos deg.

Oppskriften fant jeg hos "Hembakat"



Dobbel brownie med stratosfyll og krem



Kan du huske sommeren? Kan du huske sand mellom tærne og duften av nyslått gress? Kan du kjenne den myke brisen fra den blå sjøen og den solbrente skulderen din? Kan du høre lydene fra flyplassen en tidlig morgen eller føle reisefeber brenne i kinnene? Kan du merke den fløyelsmyke sommerkvelden snike seg inn bak svaberget og langsomt se lyse skifte styrke? Kan du smake de solvarme jordbærene som farger fløten på tallerken rosa og som pynter den luksuriøse sjokoladekaken din?

– Dét kan jeg.

Du trenger:

Til kaken:

100 g meierismør, smeltet

2 egg

3 dl sukker

1,5 dl siktet hvetemel

4 ss kakao

1,5 ts vaniljesukker

2 ts bakpulver

Sjokoladefyll:

200 g stratos eller annen melkesjokolade

1 dl kremfløte

25 g meierismør

Topping:

2-3 dl kremfløte, pisket

15-20 jordbær, delt i to

Slik gjør du:

Sett ovnen på 150 grader.

Smør to springformer (ca 23 cm) evt engangsformer i folie og dekk bunnen med bakepapir.

Smelt smøret. Pisk egg og sukker luftig. Rør så inn smøret. Bland sammen kakao, vaniljesukker, bakepulver og mel. Sikt dette ned i smørblandingen og vend raskt sammen. Fordel røren jevnt i de to formene og stek midt i ovnen i ca 35 minutter. La avkjøle helt før du setter kakebunnene i fryseren i ca 45 minutter. Dette gjør det enklere å skjære i dem senere.

Så lager du fyllet:

Hakk sjokoladen. Kok opp fløten og dra kjelen til side. Tilsett sjokolade og smør og rør til sjokoladen har smeltet og du har en glatt krem. La kremen avkjøle litt før du setter den

en time i kjøleskapet.

Pisk kremfløte.

Ha så den ene kakebunnen på et fat. Bre over sjokoladefyllet og legg på den andre bunnen. Avslutt med et lag pisket krem og friske jordbær.

Kos deg.



Saftig blåbærkake med kokos



Her får du oppskrift på en nydelig blåbærkake som virkelig fikk ben å gå på da jeg serverte den i sommer. Ha en fin uke!

□



Du trenger:

Til deigen:

75 g smør

3 egg

2 dl sukker

3 dl hvetemel

2 tsk bakepulver

2 tsk vaniljesukker

1,5 dl melk

Til fyllet:

1 dl kremfløte

1 egg

0,5 dl sukker

2 dl kokos

3 dl blåbær

Slik lager du deigen:

Sett ovnen på 175 grader. Kle bunnen av en springform (24-26cm) med bakepapir og smør kantene. Sett til side.

Smelt smøret på lav varme.

Pisk egg og sukker luftig i en bolle. Bland sammen mel, bakepulver og vaniljesukker i en annen bolle. Rør inn mel, smør og melk vekselvis i eggeblandingen til du har en jevn røre.

Hell røra over i formen og forstek midt i ovnen i 20 minutter.

Mens kaken steker lager du fyllet:

Pisk kremen luftig. Pisk så egg og sukker sammen og hell over i kremen sammen med kokos. Bland lett.

Etter 20 minutter tar du kaken ut og fordeler blåbærene over kaken. Topp med kremfyllet i et jevnt lag.

Stek kaken videre (fortsatt på 175 grader) i 20 nye minutter.

Avkjøl kaken på rist.

Kos deg.



Oppskriften fant jeg hos Hembakat.

Saftig sjokoladecake med stratoskrem



Det er søndag, det er juni og jeg er sliten. For hvem kan sove i juni?! Hvorfor hvile kroppen når sjelen er lys våken og lett svevende?! Hvem kan egentlig legge seg når fuglene synger og lyset er på sitt vakreste?! Ikke jeg. Så jeg skal ikke klage, ikke så veldig i allefall. Dermed er strategien min de nærmeste dagene som følger: Å skli gjennom alle avslutninger med kaffe i den ene hånden og sjokoladecake i den andre. Så skal jeg heller sove og spise salat i oktober. ☐



Du trenger:

Til kaken:

4 egg

4,5 dl sukker

6 dl hvetemel

3 ts bakepulver

3 ts vaniljesukker

3 ss kakao

250 g smeltet smør, avkjølt

2,5 dl rømme

Til stratoskremen:

100 g smør

1 dl fløte

100 g melis

200 g Stratos eller annen melkesjokolade, i biter

Slik gjør du:

Finn frem en liten langpanne, ca 25×35 cm og kle den med bakepapir.

Sett ovnen på 180 grader.

Smelt smøret på lav varme og la avkjøle litt. Pisk egg og sukker til eggedosis. Rør inn det smeltede smøret. Bland

sammen mel, bakepulver, kakao og vaniljesukker. Ha halvparten i bollen og rør godt sammen. Ha i halvparten av rømmen og bland igjen. Gjenta så med mel og tilslutt rømme. Ha røren over i langpannen og bre i et jevnt lag. Stek midt i ovnen i 17-20 minutter. Stikk en liten trepinne inn i kaken, den er ferdig når pinnen kommer ut tørr og uten kakedeig som henger igjen.

Avkjøl kaken i form, på rist.

Slik lager du stratoskremen:

Smelt smør i en liten gryte. Ha så i melis og fløte og gi det hele et oppkok. Ta gryten av varmen og tipp oppi stratos i biter. Rør rundt helt til sjokoladen er smeltet og du har en glatt og blank glasur. Bre glasuren/kremen utover kaken. TIPS: Det kan være lurt å ta en spisepinne eller lignende og stille hull i hele kaken slik at glasuren renner ned. Pynt med det du vil.

Kos deg.



Enkel, sukkerfri iskake med bringebær og skogsbærtopping

ANNONSE



Det nærmer seg 17.mai. Jeg elsker 17.mai! Og det er tradisjon at venner og familie samles hjemme hos oss etter barnetoget og koser seg med koldtbord, pølser, kake og IS. Det er mye godt man kan servere slike dager, men vi kjenner flere som ikke tåler gluten og dessuten en som har diabetes. Da er det fint med smakfulle alternativer som alle kan spise! Denne iskaken er enkel å lage, sukkerfri og glutenfri. Den er litt hard i konsistensen og trenger å stå en stund før den kan skjæres i. Men en deilig og frisk dessertkake som fikk tommel opp fra naboene som fikk være testpanel. ☐



Du trenger:

Til isen:

5 eggeplommer

1 dl [Natreen strø](#)

5 dl kremfløte

frø fra en vaniljestang

ca 150 g frosne bringebær

Til skogsbærtoppingen:

1 pose frossen skogsbærblanding

ca 15 dråper flytende [Natreen](#), smak deg frem

Pynt:

ca 50 g sukkerfri hvit sjokolade, hakket (kan sløyfes evt erstattes av annen sjokolade)

evt en håndfull mandelflak, kan sløyfes



Slik gjør du:

Finn frem en springform, 20 cm i diameter. Kle bunnen med bakepapir og lag remser som du setter langs kanten av formen. (Lettere å løsne iskaken og kantene ser finere ut).

Skill eggene (hvitene kan du feks lage en pavlova av) og ha eggeplommer i en skål. Tilsett [Natreen](#) og pisk kraftig. Sett til side. Pisk krem og vaniljefrø nesten stiv. Den skal fortsatt ha en kremet konsistens. Bland krem og eggeplommene sammen. Prøv å ikke røre for hardt, men vend rolig inn med en slikkepott. Ha tilslutt i frosne bringebær og tipp alt oppi kakeformen. Jevn toppen forsiktig og sett kaken i fryseren over natten.

Før servering lager du bærtoppingen. Ha frosne bær i en gryte og lunk på dem til de ikke lenger er frosne, men slik at mange av bærene fortsatt holder formen. Ikke rør for mye! Smak til med flytende [Natreen](#).

NB. Det er lurt å ta ut kaken minimum 20 minutter før den skal serveres.

Løsne iskaken fra formen og legg over på fat. Fordel bær og sjokolade på toppen. Skjær stykker av kaken med en skarp kniv.

Kos deg.

