

MOROTSKAKA

En mycket god morotskaka som du även kan göra med lågt GI (se tips).

 Tid: 2,5 timmar varav 15-30 min arbete (beroende på om du har matberedare eller inte), tiden inkluderar tid för kakan att svalna och glasyren att stelna

 1 kaka, ca 8-12 bitar

 **Laktosfritt** -Byt ut philadelphiaosten mot soja-cream cheese.

DU BEHÖVER:

- 3 st (ca 200 g) morötter
- 0,75 dl (ca 50 g) sötmandel
 - **eller** hasselnötkärnor
- 2 st ägg
- 2 dl strösocker
 - **eller** råsocker
- 1 tsk kanel
- ev. 0,5 tsk ingefära
- 1 tsk vaniljsocker
- 0,5 tsk bikarbonat
- 1 tsk bakpulver
- 2 dl vetemjöl
- 1 dl matolja

GLASYR:

- 100 g philadelphiaost naturell
- 0,5-1 dl florsocker
- ev. 1 tsk pressad citron
 - **eller** pressad lime

UTRUSTNING DU BEHÖVER:

- matberedare
 - eller** rivjärn

GÖR SÅ HÄR:

Om du har en matberedare med kniv så passar det utmärkt att använda till det här receptet på morotskaka.

Skala morötterna. Om du använder matberedare: skär morötterna i mindre bitar och lägg dem



Mycket god och enkel kaka som är nyttigare än andra sockerkakor eftersom den innehåller olja istället för margarin eller smör samt att den innehåller mandel eller nötter och morötter.

i din matberedare med kniven monterad. Håll i mandeln. Kör ca 30 sek så att det blir finhackat.

Utan matberedare: Riv morötterna på rivjärn och hacka mandeln.

Tillsätt ägg och socker. Kör ca 30 sek med matberedaren eller använd elvisp eller vanlig visp.

Häll ner oljan i smeten.

Ta fram en bunke och blanda kanel, ev. ingefära, vaniljsocker, bikarbonat, bakpulver och vetemjöl. Häll ner över oljan.

Använd matberedarens impulsknapp för att blanda försiktigt eller elvispens lägsta hastighet eller en sked för att röra runt tills det blir en jämn smet.

Häll smeten i smord och bröad rund form, ca 1 ½ liter. Grädda morotskakan i nedre delen av ugnen i 175 grader i ca 45 min.

Låt stå i formen 5-10 minuter. Stjälp sedan upp morotskakan på ett serveringsfat. Lägg formen ovanpå och låt morotskakan kallna.

Gör glasyren. Blanda philadelphiaost och florsocker samt ev. citron- eller limesaft. Bred glasyren över morotskakan med en kniv.

Servera! Förvara morotskakan i kylskåp.



1. (Man kan också göra detta för hand!) Lägg morötter och mandel i matberedaren och kör tills det blir finfördelat, som vi ser i bild 2. Tillsätt övriga ingredienser (bild 3) och kör tills det blir blandat.



4. Häll smeten i en smord och bröad rund bakform. 5. Den färdiggräddade kakan. Låt stå i formen 5-10 minuter innan du stjälp upp den.



6. Stjälp upp morotskakan på ett fat. 7. Bred på glasyren. Ställ sedan kallt

💡 TIPS:

Om du använder råsocker istället för vanligt socker och philadelphia light samt den mindre mängden florsocker så får du en morotskaka som är hälsosammare med lågt GI.

🔄 VARIATIONSTIPS:

Om man är allergisk eller inte gillar nötter eller mandel så kan dessa uteslutas.

🛒 HÅLLBARHET OCH FÖRVARING:

Morotskakan går bra att frysa (med glasyr) och håller sig då 3-6 månader. Annars kan den förvaras i kylskåp ca 5 dagar.

Ett recept från [recepten.se](http://www.recepten.se)

URL till detta recept: <http://www.recepten.se/recept/morotskaka.html>