

Ingrediënten



Ingrediënten:

- 100 g roomboter
- 200 g donkere chocolade (minstens 70% cacao)
- 1 el zeer sterke zwarte koffie
- 100 g gemalen amandelen (of amandelmeel)
- 5 eieren, ((gescheiden))
- Wat kokosrasp
- 2 theelepels bakpoeder (hoeft niet speciaal)
- Aardbeien/ frambozen, optioneel!

OMG mensen...., ik weet 't.... Het is nog geen weekend.

Maar ik heb net wel iets heeeeee lekkers gemaakt!

Zonder suiker! Wel met wat gezonde roomboter! Maar dat moet kunnen af en toe 😊

Wat heb ik gemaakt?

Een heerlijke zachte pure chocolade cake/taart ❤ Voor 8 tot 10 punten

Het enige waar ik van baal is dat er in geen één winkel hier aardbeien meer waren 😞 Die wilde ik voor de afwerking en ben dol op aardbeien.

Dus nu maar op deze manier gemaakt!



Recept

1. Verwarm de oven voor op 160/180° C en vet een springvorm van 20 of 26 cm (ik heb 26 gedaan vandaag) in en beleg de bodem met bakpapier.
 2. Doe de in stukken gebroken chocolade, de boter, en de koffie in een schaal en laat al roerend au bain marie smelten. Laat iets afkoelen en roer de gemalen amandelen erdoor. Voeg de eigelen toe en meng alles goed door elkaar.
 3. Klop intussen de eiwitten stijf en vouw ze voorzichtig met een spatel door het mengsel. Giet het mengsel in de bakvorm.
 4. Zet de springvorm in de oven en bak de taart 35 - 45 minuten, afhankelijk van hoe je smeugig je de binnenkant wilt hebben (ik heb de taart 35 min. in de oven gehad).
 5. Haal de taart uit de oven en laat 10 minuten afkoelen. Verwijder dan de vorm en laat helemaal afkoelen op een rooster.
- Doe er wat kokosrasp overheen en wat gesmolten chocolade.
- De taart is zo al erg lekker, eventueel doe je er nog wat aardbeien bij op, die ik dus helaas vandaag niet vond 😞 .

Wil je weten hoeveel calorieën erin zitten? Ik heb geen idee, maar google heeft vast wel een calculator hiervoor en dan deel je het door 8 of 10 punten. dan zal je zien dat 't best wel meevalt om eens per week te genieten 😊

Ik zou zeggen,... geniet ervan 😊

Bron



Maryam Hulleman

12 maart om 12:51

<https://www.facebook.com/groups/Kokenenbakken2014/permalink/868216389883938/>

Info Martine Lycke

Springvorm van 21 cm gebruikt, met bakpapier onderaan bedekt

5 eiwitten

opkloppen

5 eigelen

opkloppen

Ondertussen:

In kom voor microgolf – 2x 1.5 minuut

200g chocolade

100g boter

1el sterke koffie

100 g gemalen amandelen

Door chocolademengsel roeren

2 tl bakpoeder

Eigelen

Toevoegen

Eiwitten

Toevoegen

Oven : 180°C

35 minuten gebakken, maar mag zeker minder !

Result : droog en vraagt dus zeker bv slagroom erbij.

Besprenkelen met cocos

Fotos

