Raw Lime- og avokadokake



Ingredienser

Bunn:
♥ 250 g pekannøtter
♥ 250 g dadler (vekt uten stener)
♥ 0,5 dl kokosolje
♥ 100 g kokos

Fyll:
♥ 700 g avokado (ca 6 store, se tips)
♥ 2,5 dl limesaft (ca 8 lime, se tips)
♥ 2 ts revet limeskall
♥ 2 dl kokosolje
♥ 250 g honning (eller agavesirup, se tips)

Pynt:
♥ 1 ss kokos
♥ 200 g friske bær (bringebær, blåbær, bjørnebær) og physalis

Fremgangsmåte

Bunnen:
Rens dadlene for stener og bløtlegg dem i kokende vann i 10 minutter. Hell av vannet og ha dadlene i en food processor sammen med pekannøtter, kokosolje og kokos. Kjør blandingen sammen til du får en bløt, grovkornet masse.

Sett kakeringen tilhørende en rund springform på 24 cm i diameter direkte på et kakefat. Press pekannøtt- og daddelblandingen godt utover bunnen av formen og sett fatet med formen i kjøleskapet.

Lime- og avokadofyllet:
Rens avokadoen og ha avokadokjøttet i food processoren. Ha i limesaft og revet limeskall. Kjør blandingen sammen til du får en helt jevn og glatt blanding.

Varm honningen og kokosolje opp så blandingen blir flytende. Ha dette i food processoren og kjør videre en god stund, helt til blandingen blir helt bløt, glatt og kremete.

Hell fyllet over kakebunnen i formen og sett formen i kjøleskapet til dagen etter.

Pynt:
Dagen etter vil du se at lime- og avokadofyllet har stivnet.

Fjern forsiktig kakeringen. Pynt toppen av kaken med kokosdryss og en blanding av friske bær og physalis.

Tips

♥ Til denne kaken er det veldig viktig at du bruker skikkelig fin og moden avokado. Mengden på 700 g er rent avokadokjøtt (altså uten sten og skall). Hvis du har avokado av god kvalitet, holder det med 6 store. Men av erfaring vet vi jo at ikke alle avokadoer er like fine inni, så det kan være lurt å kjøpe med noen ekstra. Det er også viktig at avokadoen er myk og moden for at fyllet skal få ønsket kremet konsistens.

♥ For å få 2,5 dl limesaft trenger du ca 8 saftige lime. Kjøp med noen ekstra, for det varierer hvor mye saft det er i hver lime.

♥ Jeg bruker fast honning i denne kaken, som jeg altså varmer lett sammen med kokosolje for å få den flytende. Honningen blir fast igjen når kaken står i kjøleskapet over natten, og bidrar sammen med kokosoljen til at lime- og avokadofyllet stivner over natten. Bruk derfor altså heller fast honning enn flytende akasiehonning.

♥ Ønsker du å lage en vegansk kake og vil unngå honning, kan du bytte ut honning med agavesirup. Denne sirupen stivner imidlertid ikke på samme måte, så jeg ville brukt litt mindre mengde da for å sikre at fyllet stivner etter en natt i kjøleskapet.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/raw-lime-og-avokadokake