# Fiken- og sjokoladebar i langpanne

### Ingredienser




♥ 400 g tørkede fiken (se tips)
♥ 2,5 dl mandler
♥ 100 g melis
♥ 300 g chocolate chips eller kokesjokolade (se tips)
♥ 200 g smør
♥ 200 g sukker
♥ 3 egg
♥ 2 ts vaniljeekstrakt
♥ 4 dl hvetemel
♥ 1 ts natron
♥ 0,5 ts bakepulver
♥ 4 dl havregryn (store)

Pynt:
♥ 100 g tørkede
♥ 50 g chocolate chips eller kokesjokolade
♥ 3 ss havregryn (store)

### Fremgangsmåte

Rens stilkene fra fiken og del fikenene i mindre biter.

Smelt 100 g av kokesjokoladen.

Hakk mandlene grovt i en food processor. Tilsett fikenene, melis og smeltet sjokolade. Kjør dette sammen i food processoren til en fiken- og sjokolademos.

Pisk mykt smør sammen med sukkeret. Tilsett eggene, ett om gangen, og pisk videre til en luftig smørkrem. Rør inn vaniljeekstrakt. Bland deretter inn fikenmosen. Rør godt slik at fikenmosen blander seg fint med smørkremen.

Sikt hvetemelet sammen med natron og bakepulver. Bland dette inn i smørkremen og rør til du får en jevn deig.

Bland inn havregryn og til slutt 200 g chocolate chips (eller grovhakket kokesjokolade). Deigen skal bli tykk og kompakt.

Fordel deigen utover i en liten, bakepapirkledd langpanne (ca. 20 x 30 cm).

Legg på biter av fiken og dryss over chocolate chips (eller hakket kokesjokolade) og havregryn som pynt.

Stek kaken midt i ovnen ved 170°C i ca. 45 minutter (sjekk med en kakenål at kaken er helt gjennomstekt i midten før du tar den ut av ovnen).

La kaken avkjøles i formen før du løfter den ut og deler i firkanter.

**Tips**

♥ Tørkede fiken bør være myke inni når de brukes. Dersom de du har er harde og tørre, kan det hjelpe å bløtlegge dem i kokende vann i 15 - 20 minutter.

♥ Jeg har brukt amerikanske chocolate chips i denne kaken, men det går like fint å bruke grovt hakket kokesjokolade.

♥ Merk at dette er en mektig kake, som nærmest er som energibarer. Del derfor kaken i ikke for store stykker. De holder seg gode i flere dager om de pakkes inn i plast og er også fine å oppbevare i fryseren.

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

---

**Source URL:** https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/fiken-og-sjokoladebar-i-langpanne