Eplekake i kopp (Apple Mug Cake)



Ingredienser

♥ 6 ss hvetemel
♥ 4 ss sukker
♥ 1 ss melis
♥ 0,5 ts kanel
♥ 1 ts vaniljeekstrakt
♥ 2 ss egg (se tips)
♥ 3 ss matolje
♥ 3 ss melk
- -
♥ 1/2 eple
♥ 1 ts sukker
♥ 0,5 ts kanel

Fremgangsmåte

Bland sammen mel, sukker, melis og kanel. Ha så i vaniljeekstrakt, egg, olje og melk. Rør deigen glatt.

Skrell et halvt eple og del det opp i små terninger (spar 3-4 epleskiver til pynt).

Bland eplebitene inn i deigen.

Ha deigen i en stor kopp (se tips). Stikk epleskivene ned i deigen på toppen og dryss over litt sukker og kanel.

Sett koppen i mikro. Stek på max styrke (opp til 1000 w) i ca. 3 minutter (se tips).

Spises varm med skje rett fra koppen!

Tips

♥ Kaken på bildet er laget i en kopp som rommer 3 dl.

♥ Når du visper sammen et egg og bare bruker 2 ss av det sammenvispede egget, får du en kake som holder seg til kanten av koppen slik du ser på bildet.

♥ Pass på at du bruker matolje med nøytral smak (ikke bruk olivenolje eller soyaolje).

♥ Følg med mens kaken steker. Dersom kaker hever seg veldig mye i mikroen, kan du bare åpne døren på mikroen, og da synker kaken ned igjen. Gjenta et par ganger for å unngå at kaken renner over.

♥ Sjekk konsistensen på kaken etter 3 minutter. Min erfaring tilsier at kaken blir gjennomstekt ved 3 minutter, men siden mikroovner kan variere litt, må du sjekke kaken din. Eplebitene gir litt ekstra fuktighet til kaken, derfor trenger den litt lengre steketid en Mug Cakes uten fruktbiter. Denne kaken smaker best når den er helt gjennomstekt.

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

Source URL: https://www.detsoteliv.no/oppskrift/eplekake-i-kopp-apple-mug-cake