Vegansk eplekake med quinoa



Ingredienser

♥ 1,5 dl lønnesirup (eller agavesirup)
♥ 1,5 dl rapsolje (eller mandelolje)
♥ 1 ts eplecidereddik
♥ 1 ts vaniljeekstrakt
♥ 2 store epler
♥ 200 g ferdig kokt quinoa
♥ 150 g havremel
♥ 50 g store havregryn
♥ 1 ts bakepulver
♥ 0,5 ts natron
♥ 1 ts kardemomme
♥ 1 ts ingefær
♥ 2 ts kanel
♥ 50 g mandler
♥ 50 g rosiner

Pynt:
♥ 30 g mandler

Fremgangsmåte

Ha lønnesirup, rapsolje, eplecidereddik og vaniljeekstrakt i en bolle. Skrell og rens eplene, riv dem grovt og tilsett. Vend inn kokt quinoa.

Bland så inn havremel, havregryn, bakepulver, natron og krydder. Hakk mandlene grovt og vend inn sammen med rosinene.

Ha deigen i en rund form (24 cm i diameter) med bakepapir i bunnen. Dryss over grovt hakkede mandler.

Stek kaken midt i ovnen ved 180°C i ca. 45 minutter (sjekk med kakenål at kaken er gjennomstekt).

Tips

♥ Merk at konsistensen på denne kaken er nokså grov og kompakt, og det er sånn den skal være.

♥ Denne kaken holder seg saftig i mange dager. Pakk den inn i plast og oppbevar i kjøleskapet. Kaken er også fin å fryse.

♥ Hvis du vil, er det nydelig å servere vaniljekesam sammen med kaken (men kesam er ikke vegansk så klart □□).

♥ For andre veganske kaker, se blant annet **Vegansk gulrotkake** og sjokoladekaken **Crazy Cake**. Se også ulike varianter av "Raw-kaker" slik som **Raw blåbærkake (vegansk)**, **Raw bringebær- og vaniljekake**, **Raw Lime- og avokadokake** og **Raw Brownies med matcha- og avokadokrem**.

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

Source URL: https://www.detsoteliv.no/oppskrift/vegansk-eplekake-med-quinoa