

Taart en toet



voor ± 8-10 personen



HOMEMADE SPELT- FLESPOMPOENCAKE

250 gr biologische flespompoeen

2 theelepels biologische koekkruiden

200 gr biologische speltbloem

1 theelepel biologische roomboter

3 biologische eieren

1 handje biologische pompoeenpitten

4 eetlepels biologische maple syrup

een snufje zout

1 eetlepel biologische kokosolie

cakevorm

2 theelepels bakpoeder

BEREIDING

Verwarm de oven voor op 180 graden. Vet daarna de cakevorm in met boter. Pak dan de flespompoeen en spoel deze af onder stromend water en droog even na met wat keukenpapier. Snij de boven- en onderzijde van de pompoeen en snij de pompoeen daarna in grove stukken en doe deze in een ovenschaal. Verdeel daarna de kokosolie en de maple syrup over de stukken pompoeen en zet de schaal dan ongeveer 20 minuten in de oven. Haal daarna de schaal uit de oven en laat de stukken pompoeen goed afkoelen. Doe dan de pompoeen, de kokosolie, de maple syrup en de eieren in een grote kom en pureer het met een staafmixer tot een gladde massa. Voeg dan de bloem, het bakpoeder, de zout en de koekkruiden toe en spatel het om en om tot een mooi beslag. Giet daarna het beslag in de cakevorm en strooi wat pompoeenpitten op de bovenkant. Zet de cakevorm in de oven en bak de cake in 35 tot 40 minuten lichtbruin. Prik met een cocktailprikker in de cake om te controleren of de cake gaar is.