

Lagkage (Gustav)

Ovn: 180 grader **Bagetid:** 30-40 min.

Ingredienser

Lagkagebunde:

- 12 modne bananer
- 380 blendet havregryn
- 4 tsk. Bagepulver med top
- 50g proteinpulver med vanilje (kan undlades)

Syltetøj:

- 350g jordbær (evt frosne)
- Lidt sødemiddel
- Tilføj evt chiafrø til at suge væsken i syltetøjen
- 100g Sukrin
- Saften fra 1 lime

Chokoladecreme:

- 1 pakke Philadelphia light
- 125g Proteinella
- 85g sukkerfri chokolade

Pynt:

- 2-3 pakker Philadelphia light (kan undlades hvis der skal spares på kalorierne)
- Sukrin efter smag
- 300g friske bær

Fremgangsmåde

- Blend bananerne i en foodprocessor.
- Tilføj de havregryn, som er blendet på forhånd.
- Tilføj bagepulver og proteinpulver hvis dette ønskes.
- Hæld dejen i en silikoneform.
- Bages i ovnen i 40 minutter på 180 grader.



- Imens laves syltetøjen.
- Kog dine hindbær i en gryde og lad dem langsomt koge op.
- Tilføj Sukrin og lad det simre 5-10 minutter til det er en slags grød.
- Tilføj lime til sidst, rør rundt og lade det køle af.
- Efterfølgende laves chokoladecremen.
- Rør Philadelphia og Proteinella sammen.
- Hak chokoladen og rør det sammen med.
- Sættes på køl til lagkage lagene er færdige.
- Bland Philadelphia med Sukrin melis til pynten og sættes også på køl.
- Tag kagen ud ud. Det er meget vigtigt, at du lader dem køle helt ned (evt. På køl) minimum 1-2 timer, inden den skæres i 3 lige store dele.
- Byg lagkagen op som normalt.
- Først en bund, syltetøj, bund, chokoladecreme og til sidst en bund mere og fordel til sidst glasuren oven på lagkagen. Også på siderne.
- Toppes med bær 