

Pompoencake

Bereiding:

- Schil en snijd de flespompoen in blokjes. Voeg dit in een pan met ruim kokend water.
- Kook de pompoenblokjes ongeveer 15 minuten. Wanneer de pompoen gaar is (makkelijk met een vorm inprikken)
- Giet het water af en laat de pompoen afkoelen.
- Verwarm de oven voor op 180 graden en bekleed een cakevorm met bakpapier.
- Pureer de pompoen samen met de banaan en de dadels in de keukenmachine.
- Meng in een andere kom de meel, zout, bakpoeder en de koek- en speculaaskruiden. Voeg de pompoenpuree toe.
- Spatel de eieren, zuivelspread en honing toe. Meng het tot een glad beslag.
- Doe het beslag in een cakevorm, zet de cake voor 60 minuten in de oven.
- Je kunt de bovenkant van de cake garneren met noten en zaden.

Eet smakelijk!

Ingrediënten

- 250 gram flespompoen
- 1 rijpe banaan
- 3 eieren
- 175 gram boekweitmeel
- 50 gram amandelmeel
- 2 medjoul dadels ontpit
- 2 el honing
- 1 tl bakpoeder
- 150 gram zuivelspread light
- 3 tl koek- en speculaaskruiden
- snuf zout