

Kladdkaka med svartaböner



150 g Mörk choklad
eller kakao 2 msk
400 g Svarta bönor (Kokta)
1.5 tsk fiberhusk
1 dl vispad Kikärtsspad
½ dl Kokosolja
2 msk Chiafrön
1 dl Kakao
1 krm Salt
½ tsk vanilj
1.5 dl Kokossocker

Gör så här:

1. Sätt ugnen på 175°C.
2. Smörj en ugnssäker form, ca 26 x 20 cm.
3. Häll av, skölj och låt bönorna rinna av.
4. Lägg bönorna i en matberedare och mixa slätt. Tillsätt övriga ingredienser utom chokladen och mixa till en slät smet.
5. Hacka chokladen och smält över vattenbad eller i mikro. Häll ner i smeten och mixa snabbt ihop. Häll smeten i formen. Om du använder kakao kanske du behöver tillsätta lite mer kokossocker.
6. Grädda i mitten av ugnen 30–35 minuter. Känn med en provsticka om kakan är klar. Stickans ska vara torr i kanterna men kladdig i mitten. Låt svalna.