



Κατηγορίες Συνταγών / Κέικ

Κέικ αμυγδάλου

10'

Χρόνος
Εκτέλεσης

50'

Χρόνος
Ψησίματος

12-14

Μερίδες

1

Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

Για το κέικ

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C στον αέρα.
- Βάζουμε στον κάδο του μίξερ την καστανή ζάχαρη, τα αβγά και χτυπάμε με το σύρμα σε δυνατή ταχύτητα για 3-4 λεπτά να αφρατέψουν.
- Προσθέτουμε το ηλιέλαιο, το εκχύλισμα πικραμύγδαλου, το αλεύρι ανακατεμένο με το μπέικιν, το αλάτι, τη σκόνη αμυγδάλου και το ρόφημα αμυγδάλου. Χτυπάμε για 1-2 λεπτά μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα.
- Μεταφέρουμε σε λαδωμένη και αλευρωμένη **φόρμα για κέικ** 10x35 εκ. και ψήνουμε για 45-50 λεπτά.
- Αφαιρούμε και αφήνουμε να κρυώσει.

Για τη γκανάς

- Σε ένα μπολ βάζουμε το ρόφημα αμυγδάλου και καλύπτουμε με μεμβράνη. Βάζουμε στον φούρνο μικροκυμάτων στα 800 Watt για 1 ½ λεπτό να ζεσταθεί.
- Προσθέτουμε την κουβερτούρα και ανακατεύουμε με ένα κουτάλι μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα.
- Καλύπτουμε με μεμβράνη και βάζουμε στο ψυγείο για 5-6 ώρες να παγώσει καλά.
- Χτυπάμε με το σύρμα χειρός για 1 λεπτό να αφρατέψει και απλώνουμε πάνω από το κέικ.
- Πασπαλίζουμε με το αμύγδαλο φιλέ και σερβίρουμε.

Συστατικά

Για τα κέικ

- 300 γρ. ζάχαρη καστανή
- 4 αβγά, μεσαία
- 100 γρ. ηλιέλαιο
- 1 κ.γ. εκχύλισμα πικραμύγδαλου
- 200 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 1 πρέζα αλάτι
- 250 γρ. αμύγδαλο, σε σκόνη
- 150 γρ. ρόφημα αμυγδάλου

Για τη γκανάς

- 200 γρ. ρόφημα αμυγδάλου
- 300 γρ. κουβερτούρα, ψιλοκομμένη

Για τη σύνθεση

- 50 γρ. αμύγδαλο φιλέ

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

520 Θερμίδες (kcal)	33.0 Λιπαρά (γρ.)	8.1 Κορ.Λίπη (γρ.)	43.0 Υδατ/κες (γρ.)
26%	47%	41%	17%
28.0 Σάκχαρα (γρ.)	10.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	5.0 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.27 Αλάτι (γρ.)
31%	20%	20%	5%