



# Κέικ με φιστικοβούτυρο και σοκολάτα

**15'**  
Χρόνος  
Εκτέλεσης

**55'**  
Χρόνος  
Ψησίματος

**8-10**  
Μερίδες

**2**  
Βαθμός  
Δυσκολίας



## Μέθοδος Εκτέλεσης

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C στον αέρα.
- Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε μια στρογγυλή **φόρμα** για κέικ διαμέτρου 23 εκ.
- Ετοιμάζουμε τρία μείγματα: Σε ένα **μπολ** χτυπάμε με το σύρμα το γιαούρτι, τα αυγά, τις βανίλιες και το μέλι. Σε ένα άλλο μπολ ανακατεύουμε με ένα σύρμα ή ένα πιρούνι το αλεύρι, το μπέικιν πάουντερ, τη σόδα και το αλάτι.
- Καλό θα είναι όπως σε κάθε κέικ να περάσουμε το αλεύρι, το αλάτι και τα διογκωτικά (μπέικιν και σόδα) από κόσκινο για να ανακατευτούν καλύτερα αλλά και για να γίνει πιο αφράτο το κέικ.
- Κρατάμε 2-3 κ.σ. από το μείγμα ξεχωριστά και με αυτό αλευρώνουμε τη σοκολάτα. Αυτό το κάνουμε ώστε να μην πάει στον πάτο του κέικ.
- Στον κάδο του μίξερ (ή σε ένα μπολ) βάζουμε το βούτυρο, τη ζάχαρη και το φιστικοβούτυρο.
- Χτυπάμε σε υψηλή ταχύτητα μέχρι να αφρατέψει το μείγμα και να πάρει ένα ωραίο απαλό κρεμ χρώμα. Το βούτυρο πρέπει να είναι μαλακό και αυτή η διαδικασία μπορεί να πάρει και 5 λεπτά.
- Κατεβάζουμε το μίξερ σε χαμηλή ταχύτητα και προσθέτουμε το 1/3 από το πρώτο μείγμα με το γιαούρτι και χτυπάμε.
- Στη συνέχεια προσθέτουμε το μισό από το μείγμα με το αλεύρι και συνεχίζουμε να χτυπάμε.
- Προσθέτουμε άλλο 1/3 από το υγρό μείγμα, χτυπάμε και προσθέτουμε το υπόλοιπο μισό από το μείγμα με το αλεύρι.
- Τέλος, ρίχνουμε και το υπόλοιπο 1/3 από το υγρό μείγμα. Με μια σπάτουλα ανακατεύουμε το μείγμα ώστε να ομογενοποιηθεί καλά.
- Ανεβάζουμε στη μεσαία σκάλα το μίξερ και χτυπάμε για 1 λεπτό. Στο σημείο αυτό ρίχνουμε μέσα στο κέικ και τη σοκολάτα και ανακατεύουμε με μια σπάτουλα.
- Ρίχνουμε το μείγμα στη φόρμα και ψήνουμε για 45-55 λεπτά.
- Αφήνουμε να κρυώσει για 10 λεπτά και ξεφορμάρουμε.

Για τις επικαλύψεις

- Ανακατεύουμε όλα τα υλικά για τις επικαλύψεις με ένα πιρούνι ή με ένα μικρό σύρμα.
- Γαρνίρουμε το κέικ με την επικάλυψη βανίλιας και από πάνω ρίχνουμε με ένα κουτάλι και την επικάλυψη με το φιστικοβούτυρο.
- Κόβουμε σε κομμάτια και σερβίρουμε.

## Συστατικά

Για το κέικ

- 240 γρ. γιαούρτι στραγγιστό
- 3 αυγά, μεγάλα
- 1 βανιλίνη
- 2 κ.σ. μέλι
- 290 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 1/2 κ.γ. σόδα μαγειρική
- 1/4 κ.γ. αλάτι
- 120 γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου
- 260 γρ. [φιστικοβούτυρο](#)
- 250 γρ. ζάχαρη μαύρη μαλακή
- 170 γρ. κουβερτούρα γάλακτος, ψιλοκομμένη

Για την επικάλυψη βανίλιας

- 170 γρ. ζάχαρη άχνη
- 30 γρ. βούτυρο, λιωμένο
- 1/2 κ.γ. αλάτι
- 2 κ.σ. γάλα
- 1 κ.γ. [εκχύλισμα βανίλιας](#)

Για την επικάλυψη με φιστικοβούτυρο

- 1 κ.σ. [φιστικοβούτυρο](#)
- 3 κ.σ. γάλα
- 30 γρ. ζάχαρη άχνη

## Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

728 Θερμίδες (kcal)	36.0 Λιπαρά (γρ.)	16.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	85.0 Υδατ/κες (γρ.)
36%	51%	80%	33%
61.0 Σάκχαρα (γρ.)	15.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	3.7 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.98 Αλάτι (γρ.)
68%	30%	15%	16%