

KAASCAKE

met tomaten | koolhydraatarm | lunch

Benodigheden

- Cakevorm
- Oven 190 graden

Ingrediënten

- 150 gr havermeel
- 100 gr roomkaas
- 50 gr feta
- 20 gr roomboter
- 60 gr gedroogde tomaten
- 25 ml amandelmelk
- tl bakpoeder
- tl basilicum
- tl chilipoeder
- 1/2 tl zout
- 3 eieren

Tip

In plaats van havermeel te kopen, kan havermout eenvoudig in een blender tot meel worden gemalen.

Voeg eens wat olijven toe.



Bereidingswijze

Verwarm de oven voor op 175 graden (190 graden voor een combi-magnetron).

Vermeng het havermeel met de basilicum, het chilipoeder, het zout en het bakpoeder.

Vermaal de gedroogde tomaten, of snij ze heel fijn. Voeg de tomaten samen met de eieren de zachte roomboter en de amandelmelk aan het havermeelmengsel toe.

Snijdt de feta in gelijkmatige blokjes, en meng deze gelijkmatig door het mengsel.

Vet het bakblik in en doe het mengsel erin. Bak de cake in 35 minuten gaar.

