

طرز تهیه کیک رژیمی شکلاتی موزی

کیک رژیمی شکلاتی موزی:

همان افراد [کیک شکلاتی](#) را دوست دارند. اما کسانی که تصمیم گرفتند رژیم لاغری را رعایت کنند مجاز به مصرف این نوع کیکها نیستند. شرکت [کامور](#) با تولید [پودرهای شیرین کننده](#) رژیمی، مشکل این افراد را حل کرده است. البته این کیکها را باید به عنوان یک وعده غذایی در نظر گرفت چرا که حاوی مقدار زیادی آرد و روغن است.

برای تهیه کیک رژیمی شکلاتی از موز هم استفاده شده است که در طعم آن تاثیر زیادی ندارد. اما بافت کیک را فوق العاده نرم و لطیف میکند. کیک شکلاتی را بر حسب سلیقه میتوانید با خامه و شکلات کاکائو تابلت کامور تزئین کنید. این کیک نیاز به همزن برقی ندارد پس خیلی راحت و بدون دردسر آماده میشود. ما در مقاله‌های قبلی آموزش دسر [کیک بستنی رژیمی](#) و [شیرینی برشتوک](#) را داشته‌ایم.

[خرید آنلاین شکلات تابلت رژیمی](#)

مواد لازم جهت تهیه کیک رژیمی :

- پودر شیرین کننده کامور : 150 گرم
- آرد : 245 گرم
- تخم مرغ : 2 عدد
- روغن : 120 گرم
- شیر : 120 گرم
- آب : 240 گرم
- موز : 240 گرم
- پودر کاکائو : 75 گرم
- بیکینگ پودر : 1 قاشق چایخوری
- وانیل : $\frac{1}{4}$ قاشق چایخوری
- نمک : $\frac{1}{2}$ قاشق چایخوری

طرز تهیه کیک رژیمی شکلاتی :

1. آرد، پودر کاکائو و بیکینگ پودر را چند بار الک کنید و بعد

- شکر را اضافه کنید و خوب مخلوط کنید.
2. تخم مرغها را در یک کاسه بزرگ بریزید و وانیل اضافه کنید با ویسک هم بزنید تا کف کند.
 3. موزها را با سر قاشق له کنید تا حالت پوره شده شود و به تخم مرغها اضافه کنید.
 4. آب و شیر و روغن را اضافه می‌کنیم و هم می‌زنیم .
 5. مواد خشک که شامل: آرد، بیکینگ پودر، پودر کاکائو و پودر شیرین کننده بود را اضافه کنید و خوب هم بزنید.
 6. قالب 30*20 را چرب کنید و مواد را داخلش بریزید.
 7. فر را حدود نیم ساعت روشن کنید و در دمای 180c قرار دهید تا گرم شود و کیک را به مدت 40 الی 45 دقیقه در فر قرار دهید.
 8. می‌توانید یک خامه صبحانه با نصف شکلات کاکائو تابلت را برای تزئین استفاده کنید.



لینک کوتاه: <https://kamvar.co/?p=8929>