ערך קלורי = 130 קלוריות למנה.

רכיבים:

½ קילו קוביות אננס או פרוסות משומרות בסירופ קל

50 גרם מרגרינה מומסת

1 ביצה

2 כפות סוכר

תמצית וניל

¼ כוס מי שימור האננס

¾ כוס קמח תופח

תבנית פאי בקוטר 26 ס"מ

אופן ההכנה:

1. מחממים תנור לחום גבוה (200 מעלות).

2. מסננים את קוביות האננס ושומרים את הסירופ בצד.

3. מערבבים בקערה את קוביות האננס עם המרגרינה ושוטחים בתחתית התבנית. אופים 15-20 דקות, עד שהקוביות ישחימו.

4. בינתיים טורפים בקערית את הביצה עם הסוכר וכמה טיפות וניל. מודדים 1/3 כוס ממי שימורי האננס ומוסיפים לבלילה, לסירוגין עם הקמח. טורפים היטב אחרי כל הוספה.

5. מנמיכים את חום התנור לבינוני- נמוך (170 מעלות), מוציאים בזהירות את התבנית, יוצקים את הבלילה על האננס ואופים 20-15 דקות עד שהבצק יזהיב. 6. הופכים את העוגה על צלחת הגשה, ומגישים בעודה חמה.