

CHOKOLADE FUDGE BROWNIES.

-Glutenfri, uden mælkeprodukter og raffineret sukker.

INGREDIENSER:

120 gram avocado pure (blend 1 avocado med juice af en 1/2 limefrugt)
140 gram mørk chokolade (uden raffineret sukker eller lign.)
200 gr kokossukker
2 æg
60 gr gluten fri mel
20 gr kakao pulver
80 gr cashew nødder
½ tsk. chilipulver
½ tsk. stødt kardemomme
+ lidt af hvert krydderi drysses let over hver brownie inden de bages
Knivspids havsalt

Ovnen tændes på 160 grader, bages i ca. 40 minutter

Først ristes cashew nødderne på en pande i 2 minutter til de er gyldne. Hakkes groft. (Nødder kan undlades hvis der er allergi)

Blend avocado til en pure med limesaft

Smelt chokoladen over vandbad, når det er smeltet fjernes skålen fra gryden og køler lidt ned.

Pisk æg, kokossukker, chili, kardemomme og knivspids havsalt sammen i en skål.

Tilsæt nu den afkølede chokolade og avocadopure - pisk sammen

Fold gluten fri mel, nødderne og kakaopulveret forsigtigt ind i massen.

Hæld i form med bagepapir, ca. 20 x 10 cm (brødform)

Gør overfladen glat og drys med lidt chilipulver og kardemomme.

Bages i ovnen i ca. 40 minutter til dejen er bagt igennem.

Køl den helt ned hvorefter den skal i køleskabet i min 4 timer. Men gerne natten over.

Kreeret af Charlie og Julie for Engholm NDS 19/5/2020

