

Rote Rüben Kakao Brownies

ZUTATEN FÜR 1 AUFLAUFFORM

300 g Rote Rüben gekocht
200 g 70% Schokolade
3 Eier
3 EL Kakao
30 g Kokosmehl
1 TL Backpulver
180 g ganze Mandeln
5 EL Honig
100 g Kokosöl
1 Prise Salz

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 180°C Umluft vorheizen. 100 g Mandeln in den Mixtopf geben und 5 Sek. / Stufe 10 fein mahlen. Diese zwischenzeitlich herausnehmen und auf die Seite geben. Restliche Mandeln in den Mixtopf geben und diese 5 Sek./Stufe 5 hacken und auch auf die Seite geben.
2. Nun die Hälfte der Schokolade in den Mixtopf geben und für 5 Sek./ Stufe 6 zerkleinern und auch auf die Seite geben.
3. Restliche Schokolade in den Mixtopf geben, Kokosöl hinzugeben und dies für 2 Minuten /70°C /Stufe 1 erwärmen.
4. Gekochte Rote Rüben, Eier, Honig, Kakaopulver und Prise Salz mittels Tara (Waage) hinzugeben und für 20 Sek./Stufe 4 vermengen.
5. Kokosmehl, gemahlene Mandeln, ganze Mandeln, gehackte Schokolade und Backpulver mittels Tara (Waage) in den Mixtopf zu der Masse geben und alles für 30 Sek./Stufe 4 vermengen.
6. Masse in ein hohes mit Backpapier ausgelegtes Backblech oder in eine große Auflaufform geben und im vorgeheizten Ofen für ca. 30-40 Minuten backen.
7. Brownies in der Form auskühlen lassen, dann samt Backpapier aus der Form nehmen und in Stücke schneiden. Nach Belieben mit etwas rohem Kakao bestreuen.



Scan me!

