

Brownies mit Mandelprotein



Zubereitungsinformationen



Portionen

8



Zubereitungszeit

30 Minuten



Schwierigkeitsgrad

Einfach

Zucker und Butter machen bei den meisten Brownie-Rezepten den großen Masseanteil aus. Nicht aber bei diesem Brownie-Rezept mit unserem nussigen Mandelprotein. Hier kommt die Süße allein durch die Datteln. Herrlich schokoladig werden die kleinen Leckereien durch Kakao und dunkle Schokolade.

Vielen Dank an [Lina](#) für dieses tolle Rezept.

Zutaten

Für die Brownies:

100 g Haselnüsse

100 g Mandeln

200 g Datteln (soft)

2 EL [Raab Bio Mandelprotein Pulver](#)

2 EL Rohkakao Pulver

1 EL Avocado- oder Kokos Öl

Für die Ganache:

150 ml Kokosmilch (aus der Dose)

2 EL Agavendicksaft

170 g Dunkle Schokolade oder Rohkostschokolade

So wirds gemacht

1. Die Nüsse für die Brownies in einer Pfanne kurz rösten. Dabei gut aufpassen, dass sie nicht verbrennen. Anschließend kurz abkühlen lassen.
2. Zusammen mit allen anderen Zutaten für die Brownies in einen Food Processor geben und Mixen, bis eine formbare Masse entsteht.
3. Die Masse in eine Brownieform drücken und in den Tiefkühler stellen.
4. Nun die Kokosmilch für die Ganache in einem Topf kurz aufkochen lassen. In der Zwischenzeit die Schokolade hacken. Die Kokosmilch vom Herd nehmen und die Schokolade einrühren. Anschließend noch die Agave dazu geben und gut vermischen.
5. Die Ganache auf die Brownie Masse geben. Kurz abkühlen lassen und dann abgedeckt in den Kühlschrank stellen. Für etwa **3 Stunden erkalten lassen**.

Rezept drucken