

Brownie

- på den supersunde måde

Opskrift fundet i "Rawfood for hele familien"

Ingredienser til 3-4 personer
3 dl. dadler
4 spsk. kakaopulver
½ spsk. kokosolie
½ tsk. vaniljepulver
1 drys salt
1 dl. pecannødder
1 spsk. gojibær
1 spsk. hampefrø
1 spsk. (agave)sirup

Fremgangsmåde

Blend dadler, kakaopulver, kokosolie, vanilje og salt til en samlet masse, som kommes i en skål.

Blend nødder, gojibær, hampefrø og bipollen i foodprocessoren og rør det sammen med dadelmassen.

Kom massen i et lille fad, foret med bagepapir, så er den nemmere at få op.

Frys den gerne i ca. 30 min. inden den serveres.

Tip

- Pecannødder kan erstattes af andre nødder.
- Har du en rest brownie, kan den med fordel bruges som smørepålæg i stedet for chokolade, nutella eller andet sødt. Det smager himmelsk!

Velbekomme!

