

FAZOLOVÉ BROWNIES



INGREDIENCE:

- 450 g červených fazolí z konzervy
- 2 vejce
- 60 g čokoládového proteinového prášku
- 4 polévkové lžíce kakaa
- lžička skořice
- 150 ml mléka
- 2 lžičky kypřicího prášku
- 100 g nasekaných ořechů

POSTUP PŘÍPRAVY:

Fazole přecedíme a důkladně propláchneme vodou. Vložíme všechny ingredience do misky a pečlivě rozmixujeme. Nakonec ke vzniklé směsi přidáme kypřicí prášek, nasekané ořechy a promícháme. Těstem plníme formičky na muffiny.

Pečeme v troubě vyhřáté na 200°C přibližně 20-25 minut.

Podáváme s bílým jogurtem a ozdobíme ovocem.