

Bohnen-Brownies mit Datteln



Bohnen-Brownie

- 100 g **Dattel** entsteint mit
 - 100 g **Wasser** in einem kleinen Gefäß mit dem Stabmixer zerkleinern, dann
 - 1 **Banane**
 - 250 g **Bohnen** gekocht
 - 40 g **Kakao** (3-4 EL)
 - 1TL **Backpulver**
 - 1 EL **Erdnussbutter** dazugeben
- und mit dem Stabmixer alles zu einer homogenen Masse pürrieren. Entweder in Muffinformen füllen oder in eine mit Backpapier ausgelegte Tortenform streichen und bei ca 180 Grad für 20 Minuten backen.