

BROWNIE DE GARBANZOS

Ingredientes:

- 400g garbanzos cocidos y escurridos
- 50g cacao puro en polvo sin azúcar
- 9 dátiles Medjool (220g)
- 1 vaso de bebida vegetal o leche
- 2 huevos
- 80g nueces
- 8 g levadura en polvo
- Una pizca de sal

Elaboración:

- Deshuesar y triturar los dátiles junto con la bebida vegetal y los huevos hasta que se forme una crema densa. Si los dátiles quedaran un poco duros se pueden dejar a remojo en agua caliente unos minutos antes de ser usados.
- Añadir los garbanzos, el cacao y la levadura en el vaso mezclador de la batidora. Triturar hasta que quede una mezcla homogénea sin grumos.
- Trocear las nueces y añadir a la masa.
- Verter en un molde de silicona apto para horno
- Cocinar a 180°C 40 minutos o hasta que al pinchar con un cuchillo éste salga seco

* Se puede presentar acompañado de unas fresas (u otro fruto silvestre como arándanos o frambuesas) y chocolate del 90% fundido y/o nibs de cacao puro.