**BROWNIE Z FASOLI**

*0% mąki, 0% cukru*

*GLUTEN FREE*

( przepis na tortownicę o średnicy 15cm lub keksówkę)

**SKŁADNIKI:**

- 280 g ugotowanej czerwonej fasoli (może być z puszki)

- 3 łyżki kakao naturalnego

- 2 łyżki oliwy

- 4 jajka

- 2 banany (dojrzałe)

- 3-4 łyżki miodu

- 1 łyżeczka sody (proszek do pieczeni zabija tiaminę – vit. B1)

- 2 łyżeczki cynamonu

- 50 g ulubionych orzechów

- 5 suszonych śliwek

- 1 gorzka czekolada min 70% kakao

- masło do nasmarowania tortownicy

PRZEPIS:

Ugotowaną fasolę (sposób gotowania na opakowaniu) połączyć ze składnikami (oprócz czekolady, śliwek i orzechów) i zmiksować na jednolita masę. Fasole z puszki przepłukać wodą. Dodać pokrojone na mniejsze kawałki orzechy, śliwki i rozpuszczoną czekoladę. Przełożyć do nasmarowanej tłuszczem formy , piec w temperaturze 180 stopni przez ok. 40 min. Po wyjęciu odstawić brownie do ostygnięcia. Dekorować według uznania, owocami, kawałkami czekolady, polewą czekoladową.

SMACZNEGO!