

Vegane Brownies

Ich bin ja so gar nicht der Rührkuchentyp und auch Brownies konnten mich bislang nicht so recht begeistern. Aber da ich einige Brownie-Fans in der Familie habe, musste ich trotzdem so lange tüfteln, bis ich ein veganes Brownie-Rezept entwickelt hatte, das NICHT GANZ SO süß ist und von dem sogar ich gerne ein, zwei Stücke esse: und das heißt etwas!



Hier ist es:

Zutaten

- 180 g vegane Zartbitterschokolade
- 200 g Dinkelmehl, Type 1050
- 2 TL Weinsteinbackpulver
- 150 g Birkenzucker (oder Zucker)
- 50 g Kakaopulver
- 5 EL Apfelmark mit Banane
- 100 g Bratöl (geschmacksneutrales Öl)
- 150 ml Mandelmilch
- Evtl. Puderzucker

Bitte (wenn möglich) immer biologisch angebaute und fair gehandelte Zutaten verwenden - es macht so einen großen Unterschied: im Geschmack und für unsere Erde!

Zubereitung

Ihr schmelzt als erstes die Schokolade: ich mache das immer klassisch im Wasserbad, aber das geht wohl auch gut in der Mikrowelle.

Lasst die Schokolade etwas abkühlen, während Ihr in einer Schüssel die trockenen Zutaten gut vermischt. Dann gebt Ihr die feuchten Zutaten zu den trockenen Zutaten und verrührt alles gut. Zu dieser Mischung kommt zum Schluss noch die geschmolzene Schokolade und alles wird gut verrührt.

Jetzt kleidet Ihr eine Brownie-Form (oder eine kleine Auflaufform) mit Backpapier aus: ich zerknittere dieses davor immer ordentlich, dann gibt es nicht so starke Einkerbungen an den Knickkanten.

Den relativ festen Teig gebt Ihr dann in die mit einem Backpapier ausgekleidete Brownie-Form und streicht sie glatt.

Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Celsius Ober-/Unterhitze oder 160 Grad Umluft etwa 30 Minuten lang backen (Stäbchenprobe!).

Keine Angst: wenn Ihr sehr dunkle Schokolade nehmt (meine hat einen Kakaogehalt von 80%), sieht der Teig nach dem Backen SEHR dunkel aus. Das ist aber keineswegs verbrannt. Also ganz entspannt abkühlen lassen, aus der Form nehmen und in Würfel schneiden.

Die Ränder können sofort vernascht werden und die Würfel legt Ihr mit etwas Abstand auf eine Servierplatte.

Je nach Geschmack noch mit etwas Puderzucker bestäuben ... und genießen!

Auf Instagram findet Ihr [dieses Rezept](#) auch in bewegten Bildern zum Abspeichern als Reel!