

---

# Brownies

---



**PORTIONEN**

4



**DAUER**

40 Min.



**SCHWIERIGKEIT**

Leicht

## ZUTATEN

150 g Dinkelvollkornmehl  
70 g Carobpulver  
1 TL Vanillepulver  
1/4 TL Salz  
100 g Ahornsirup  
100 g Honig  
4 EL Kokosöl  
1 dl Nuss- oder Sojamilch  
150 g Cashewmus  
120 g fein geschnittene  
Walnüsse



## BESCHREIBUNG

Diese Brownies bringen Gäste ins Schwärmen ... jeder Krümel ist lecker und gesund dazu! Guten Appetit!

## ZUBEREITUNG

1. Alle Zutaten, außer Nüsse mit dem Handmixer cremig mixen. Die Nüsse dazugeben und daruntermischen.
2. Masse in eine flache Form geben und bei 180 °C ca. 20 Minuten backen.
3. Nicht zu lange backen, damit die Brownies nicht austrocknen.
4. Wenn sie noch warm sind, in Rechtecke schneiden.