

Glutenfri brownie med svarta bönor

Total tid **120 Min.** 40 Min. Tid för förberedelse **80 Min.** Tillagningstid **130 Min.** väntetid

INGREDIENSER

Till brownien:

70 g	bruna linfrön
150 ml	kokande vatten
100 g	vegansk mörk choklad (t.ex. 70%)
240 g	svarta bönor (eller vita/röda bönor), avrunna
150 g	(ungefär 2) mogna bananer (med bruna fläckar på skalet), skalade
6 g	bakpulver
85 ml	olja (t.ex. raps- eller solrosolja)
20 g	vaniljsocker
10 ml	<u>Kikkoman naturligt bryggd Tamari glutenfri sojasås</u>
200 g	blancherad mald mandel
150 g	farinsocker
70 g	kakaopulver

Till choklad-plommontoppingen:

100 g	vegansk mörk choklad
100 g	plommonsylt
10 ml	<u>Kikkoman Ponzu - en Blandning av Sojasås, ättika och citron</u>

0,5 g	chiliflakes
--------------	-------------

Ytterligare:

50 ml	kokosgrädde 15-20% fett
10 g	florsocker
10 g	myntablad
60 g	färska hallon
60 g	färska blåbär
60 g	färska jordgubbar

FÖRBEREDELSE

Steg 1

1. Mal linfröna till ett fint pulver med en mixer eller kvarn. Blanda med kokande vatten och rör om för att kombinera.

Steg 2

1. Smält 100 g choklad i en bain-marie.

Steg 3

1. Blanda bönorna med de skalade bananerna, bakpulvret, oljan (80 ml), linfröblandningen, vaniljsockret och Kikkoman Glutenfri sojasås tills det är slätt.

Steg 4

1. Blanda mandelpulvret med den blandade bönblandningen i en skål. Tillsätt farinsocker, kakaopulver och smält choklad. Blanda väl med en sked. Smörj en bakplåt lätt med 5 ml olja och bred ut smeten till en tjocklek av 2–3 cm för jämn gräddning.

Steg 5

Grädda i en förvärmad varmluftsugn på 180 °C i cirka 80 minuter.

Steg 6

1. Smält chokladen till plommontoppingen i en bain-marie. Blanda i plommonsylten, Kikkoman Ponzu citron och chiliflakes. Rör

om tills det är slätt.

Steg 7

1. Kyl kokosgrädden i 30 minuter. Efter kylning, skumma bort det stelnade kokosfettet från ytan. Vispa detta fett med florsocker tills det blir hårt (konsistensen av vispad grädde).

Steg 8

1. Servera brownien med ett lager av choklad-plommontoppingen, med en kula av den vispade kokosgrädden, mynta och frukt.