

# Bohnen-Brownies

**250 g Schwarze Bohnen** für 12 Stunden in kaltem Wasser einweichen, anschließend nach Packungsanweisung kochen. Die abgekühlten Bohnen pürieren und mit **200 ml Milch** vermischen. **150 g Vollkornmehl**, **5 EL Kakaopulver** und **1 EL Backpulver** untermischen. **2 Eier** mit **150 g Vollrohrzucker** schaumig schlagen und unterheben. Die Masse auf ein Blech geben und bei 180° C etwa 30 Minuten backen.

**Tipp:** Nach Belieben kann man noch Früchte wie Kirschen dazugeben. Die Masse eignet sich auch als Boden für Torten wie zum Beispiel Schwarzwälder Kirschtorte.

**grün & fett** = Produkte sind bei EL PUENTE erhältlich  
**schwarz & fett** = diese Zutaten werden zusätzlich benötigt

