



LINSE



HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



U N I K A S S E L
V E R S I T Ä T

Double Choc Kidneybohnen Brownie

Kidneybohne

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Landwirtschaft, Ernährung
und Heimat

Projekträger



Bundesanstalt für
Landwirtschaft und Ernährung

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Double Choc Kidneybohnen Brownie

Alle Rezepte finden Sie
auf unserer Website



Vorbereitungszeit ca. 15–20 Minuten,
Backzeit 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen:

Walnusskerne	50 g
Kidneybohnen (½ Konserve)	170 g
Sojadrink	40 ml
Zucker	100 g
Vanillezucker	5 g
Margarine	50 g
Mehl Typ 550	125 g
Backkakao	40 g
Backpulver	5 g
Jodsalz	1 Prise
Kuvertüre, Zartbitter	50 g

Zubereitung:

- **Walnusskerne** in der Pfanne rösten und grob hacken
- **Kidneybohnen (mit Flüssigkeit)** zusammen mit **Sojadrink, Zucker** und **Vanillezucker** pürieren
- **Backofen** vorheizen auf **175°** Umluft
- **Schokolade** grob hacken und mit **Margarine** im **Wasserbad** schmelzen
- **Mehl** mit **Backpulver, Kakao** und einer **Prise Salz** vermengen
- **Bohnenmasse** mit dem **Mehlgemisch** vermengen
- **Schokolade** unterrühren und danach **Walnüsse** unterheben
- **Teig** in einem mit **Backpapier** ausgelegten oder gefetteten **Blech** (ca. 25 cm x 15 cm) verteilen und auf **mittlerer Schiene 30 Minuten** backen
- **Abkühlen** lassen, in gewünschte
- **Portionen** schneiden und **servieren**

Dazu passt (vegane) Vanillesoße.

Dieses Rezept ist zusammen mit der FH Münster und dem Studierendenwerk Osnabrück entstanden