



LINSE



HOCHSCHULE OSNABRÜCK  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



THÜNEN

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

Projektträger



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
<b>Kidneybohnen (½ Konserve)</b>	<b>170 g</b>
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