

Brownie z orzechami włoskimi

Czy może być coś lepszego niż słodkie brownie? Z pewnością tak, ale nasz przepis może być poważną konkurencją dla innych, pomysłowych rozwiązań.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

28 minut

LICZBA PORCJI:

8

SKŁADNIKI:

50 g miękkiego masła
100 g cukru
3 łyżki gorzkiego kakao
1 jajko
1/4 łyżeczki esencji waniliowej
65 g mąki
1/4 łyżeczki proszku do pieczenia
1/8 łyżeczki soli
50 g orzechów włoskich, posiekanych

PRZYGOTOWANIE:

1) Utrzeć w misce masło, cukier i kakao na puszystą masę.

Dodać jajko i esencję waniliową, ponownie utrzeć. Połączyć w osobnej misce mąkę, proszek do pieczenia i sól, dodawać stopniowo do ucieranej masy. Wsypać orzechy, wymieszać.

2) Przełać do natłuszczonej formy do pieczenia. Piec 18 minut w temperaturze 175°C.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 kawałek zawiera 171 kcal, 9 g tłuszczów (w tym 2 g NKT), 27 mg cholesterolu, 58 mg sodu, 20 g węglowodanów, 1 g błonnika, 3 g białka

Źródło zdjęcia: Shutterstock