

Brownie a la betterave

Ingrédients (pour 6 parts)

- 200g de betteraves cuites (ou sous vide)
- 200g de chocolat noir de qualitat
- 80g de sucre (ou plus ou moins en fonction de tes pref mais je trouve que c'est le bon ratio)
- 100g de farine (j'ai testé petit épeautre et ça passe vu qu'il ne lève pas de toutes façons !)
- 100ml de lait végétal
- 1 pincée de sel
- En bonus une belle poignée de noix torréfiées au four à 150 degrés.

Préparation

1. Préchauffer le four à 180°
2. Faire fondre le chocolat dans le lait à feu tout doux.
3. En parallèle couper les betteraves et les jeter dans le blender.
4. Ajouter tous les ingrédients (sauf les noix) et mixer jusqu'à obtenir une belle pâte bien homogène.
5. Verser les noix dans le mélange et étaler sur ton plat chemisé.
6. Cuire 20 minutes à 180 pour un cœur un peu fondant.

Revision #4

Created 9 March 2022 15:41:39 by Aubergedenarse

Updated 20 September 2024 13:09:35 by Aubergedenarse