

Bountybrownie uden sukker

Opskrift til 8-10 stykker

Samlet tid

1 times tid i alt

Ingredienser

Bunden

- 175 g dadler (målt uden sten)
- 100 g mandler
- 100 g sorte bønner
- 75 g svesker
- 20 g kakao
- 4 store æg (eller 5 små)
- 2 spsk. peanutbutter
- 1 lille tsk. salt

kokostop

- 2 dl kokosmel
- 2 dl kokosmælk (den fede del af dåsen)
- 1/2 tsk. vaniljepulver (alternativt vaniljesukker)
- 2 spsk. flødeost naturel
- evt. lidt flydende honning eller sirup, hvis du mangler sødme

Chokoladelag

- 70 g mørk chokolade
- 1/2 tsk. kokosolie
- lidt flagesalt

Sådan gør du

1. Tænd ovnen på 180 grader varmluft.
2. Dræn bønner og fjern stenene fra dadlerne.
3. Kom alle ingredienserne til bundene i en food processor og kør til du har en ensartet masse.
4. Kom dejen i en stor form smurt med lidt olie eller beklædt med bagepapir.
5. Bag i ovnen i ca 30 min – den må ikke blive tør, den må meget gerne være lidt "smushy". Lad kagen afkøle.
6. Lav nu din kokostopping. Fisk det fede af kokosmælken op fra dåsen og bland det sammen med de øvrige ingredienser – jeg rørte det blot sammen en ske.
7. Når kagen er helt afkølet kommes kokoscremen på.
8. Sæt herefter kage med kokoscreme på frys, så det er helt koldt.
9. Smelt chokoladen i mikrobølgeovnen sammen med kokosolie.
10. Hæld et lag chokolade ovenpå den iskole kage.
11. Lad afkøle igen og nyd!