



Essen ohne Verzicht.

KOKOS-WALNUSS BROWNIES

Low Carb Backmischung für 12 Brownies

Naschkatzen aufgepasst!

Wenn Schokolade mit exotischem Kokosmehl und Walnusskerne aufeinandertreffen, entstehen wohl die besten Brownies der Welt ... finden wir zumindest von MITOBACK. Aber überzeugen Sie sich selbst!

Diese Leckereien werden nicht nur Ihre Gäste zum Nachmittagskaffee lieben, sondern sind auch der ideale Begleiter für einen Zwischendurch-Snack, wenn Sie Lust auf Süßes haben.

ZUTATEN:

Puder-Erythrit, Walnüsse, Kokosmehl (entölt), Mandelmehl (entölt), Kakaopulver (stark entölt), Weinsteinbackpulver (Säuerungsmittel: Monokaliumtartrat, Backtriebmittel: Natron, Maisstärke 28,6%)

ALLERGEN:

Mandeln, Walnüsse, Spuren möglich von Erdnüssen, Schalenfrüchten, Sesam

NOCH HINZUFÜGEN:

175 ml Sahne und 3 Eier der Größe M

ZUBEREITUNG:

- Sahne und Eier zu einer cremigen Masse verquirlen
- Backmischung untermischen und zu einem gleichmäßigen Teig verrühren
- Muffin-Teig in 12 (Silikon-) Muffinformen verteilen
- Im vorgeheizten Backofen bei 170 Grad Ober-/ Unterhitze für ca. 25 Minuten backen

TIPPS:

Mit etwas Erythrit-Puderzucker schmecken Sie noch köstlicher! Wer es noch saftiger mag, kann noch 25 ml Sahne mehr nehmen.



LOW CARB

GLUTENFREI

ZUCKERFREI

VEGAN

HEFEFREI

SOJAFREI

IN HANDARBEIT

Nährwerte*	je 100 g	je Muffin ca. 31 g
Energie/ Brennwert	371 kcal	115 kcal
Fett	27,3 g	8,4 g
Davon gesättigte Fettsäuren	12,2 g	3,8 g
Kohlenhydrate	29,5 g	9,1 g
Davon Zucker	7,9 g	2,5 g
Davon mehrwertige Alkohole	18,9 g	5,8 g
Eiweiß	14,4 g	4,5 g
Salz	0,1 g	0,0 g
Ballaststoffe	14,5 g	4,5 g

* Nährwertangaben ohne Gewähr: Basis der Berechnung sind die von uns verwendeten Lebensmittel. Abweichungen und Fehler sind trotz aller Sorgfalt nicht ausgeschlossen.

Produktbezeichnung: Kokos-Walnuss Brownies
Artikel-Nummer: 6306, Kategorie: Muffins & Kuchen

mitoback Karl-Marx-Strasse 6 D-14482 Potsdam www.mitoback.de