



Schoko-Brownies

Schritte: 4

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten

4 Portionen

2	reife Bananen (ca. 240 g)	60 g	Apfelmus (ungesüßt)
1 EL	Proteinpulver (Schoko/Vanille)	45 g	Zartbitter Schokolade
120 g	Kakaopulver	1 Prise	Meersalz
1 TL	Vanillepaste		

Zubereitung

Zubereitung

1. Die Bananen zerdrücken und die Masse mit dem Apfelmus vermischen.
2. Schokolade fein hacken und mit den restlichen Zutaten nach und nach untermengen.
3. Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Teig in einer mittleren Auflaufform auf dem Backpapier verteilen.
4. Nach Belieben mit Nüssen oder Kakaonibs garnieren. Die Backdauer beträgt ca. 15 - 20 Minuten.

Die Zutaten für dein Lieblingsrezept findest du in deinem Selgros Markt

Du suchst nach den passenden Zutaten für dein Lieblings-Rezept. Dann schau schnell in deinem Selgros Markt vorbei oder informiere dich über unsere Angebote.

UNSERE AKTUELLEN ANGEBOTE

Viele weitere Rezepte bei Selgros entdecken

Wir haben für dich eine große Auswahl an Koch-, Back- und Grill-Rezepten zusammengestellt. Du kannst in unserer Rezeptsuche ganz einfach nach Schlagwörtern wie beispielsweise Hauptkomponenten oder bestimmten Zutaten suchen. Oder du lässt dich von unseren Kategorien inspirieren.

Hier findest du unter Rezept Typ alles - von alkoholfreien Cocktails, Burger, Fleischgerichten, Beilagen, Gebäck, Pasta, Salaten bis hin zu vegetarischen Gerichten. Einfach die gewünschte Kategorie anklicken und du kannst aus einer Vielzahl toller Rezepte auswählen.

Zudem findest du hier auch alle Rezepte, die wir in unseren aktuellen Angeboten haben. Ebenso bieten wir saisonale Rezepte wie Spargel- oder Erdbeerrezepte, Grill-Rezepte, Gerichte aus der herbstlichen Küche wie Flammkuchen oder Aufläufe. Unsere Rezeptwelt wird ständig um weitere tolle Gerichte und

Kochideen erweitert. Es lohnt sich regelmäßig auf unserer Rezeptseite vorbeizuschauen. Wir wünschen dir viel Spaß beim Entdecken, Stöbern und Nachkochen.

WEITERE REZEPTE ENTDECKEN

Schoko-Brownies

Stand 28.04.2023