

Rezept

Low-Carb-Brownies

Ein Rezept von Low-Carb-Brownies, am 20.04.2024

Zutaten

150 g Zartbitter-Schokolade (mind. 80 % Kakao)	150 g Butter
3 Eier	100 g Birkenzucker (Xylit)
1 TL gemahlene Vanille	Salz
100 g Mandelmehl	2 ½ TL Backpulver
1 Backform (ca. 24 x 24 cm)	Butter für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 9 Stücke | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 300 kcal, 25 g F, 9 g EW, 15 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen und die Backform mit Butter einfetten.

2. Die Zartbitterschokolade fein hacken und mit der Butter in einem Topf bei kleiner Hitze langsam schmelzen. Anschließend etwas abkühlen lassen. Eier, Birkenzucker, Vanille und 1 Prise Salz mit einem Handrührgerät in 5-7 Min. cremig aufschlagen. Schokoladen-Butter-Mischung langsam einfließen lassen, dabei weiterschlagen, bis eine fluffige Masse entstanden ist. Mehl und Backpulver mischen und mit einem Schneebesen vorsichtig unter die Eiermasse heben, sodass keine Klümpchen entstehen können.

3. Den Teig in die gebutterte Form füllen und glatt streichen. Im Ofen (Mitte) ca. 30 Min. backen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.