KIKKOMAN

Glutenvrije zwartebonenbrownies

totale tijd **120 min.** **40 min.** voorbereidingstijd **80 min.** kooktijd **130 min.** wachttijd

INGREDIËNTEN

Voor de brownie:

70 g	bruin lijnzaad
150 ml	kokend water
100 g	vegan pure chocola (bijv. 70%)
240 g	zwarte bonen (of witte/rode bonen), uitgelekt
150 g	(circa 2) rijpe bananen (met bruine vlekjes op de schil), gepeld
6 g	bakpoeder
85 ml	olie (bijv. raapzaad of zonnebloemolie)
20 g	vanillesuiker
10 ml	Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Tamari Glutenvrije Sojasaus
200 g	gemalen geblancheerde amandelen
150 g	bruine suiker
70 g	cacaopoeder

Voor de chocolade pruimenspread:

100 g	vegan pure chocolade
100 g	pruimenjam
10 ml	Kikkoman Ponzu - een Mengsel van Sojasaus, Azijn en Citroensmaakstof
0,5 g	chilivlokken

Extra:

50 ml	kokosroom (15 20% vet)
10 g	poedersuiker
10 g	muntblaadjes
60 g	verse frambozen
60 g	verse blauwe bessen

VOORBEREIDING

Stap 1

Maal het lijnzaad fijn met een blender of vermaler. Meng met kokend water en roer tot een mengsel.

Stap 2

Smelt 100 g chocolade au bain-marie.

Stap 3

1. Pureer de bonen, gepelde bananen, bakpoeder, olie (80 ml), lijnzaadmengsel, vanillesuiker en Kikkoman Tamari Glutenvrije Sojasaus tot een glad mengsel.

Stap 4

1. Meng het amandelpoeder met het bonenmengsel in een kom. Voeg de bruine suiker, cacaopoeder en gesmolten chocolade toe. Meng goed met een lepel. Vet een bakplaat licht in met 5 ml olie en smeer het beslag uit tot een dikte van 2-3 cm, zodat het gelijkmatig bakt.

Stap 5

1. Bak ongeveer 80 minuten in een voorverwarmde heteluchtoven op 180 °C.

Stap 6

1. Smelt de chocolade voor de pruimenspread au bain-marie. Meng de pruimenjam, Kikkoman Ponzu Citroen en chilivlokken erdoor. Roer tot een glad

60 g verse aardbeien

mengsel.

Stap 7

1. Zet de kokosroom 30 minuten in de koelkast. Schep na het afkoelen het gestolde kokosvet van het oppervlak. Klop dit vet met de poedersuiker stijf (slagroomtextuur).

Stap 8

1. Serveer de brownie met een laagje chocolade-pruimenspread, afgetopt met een bolletje opgeklopte kokosroom, munt en fruit.