

Kokos-brownies



3 egg	}	<i>piskes til eggedosis</i>
1,5 - 2 dl rårørsukker		
0,5 - 1 dl sukrin		
75 g kokosolje	}	<i>smeltes og has i eggedosisen</i>
75 g virgin kokosolje		
1 1/2 ts vaniljesukker	}	<i>blandes og has i det våte</i>
1 dl gresskarkjernepulver		
1 dl kokosmel		
0,5 dl finmalte mandler		
4,5 ss kakao		

Stekes på nederste rille ved 180°C i ca 15 - 20 min.

Denne kaka er helt uten gluten, melk og dårlig sukker, og inneholder større mengder protein og mineraler enn vanlig brownies. Her får du også sunne stoffer fra kokosoljen og -melet.

Nytes med god samvittighet!

Vel bekomme!