

BROWNIES CHOCOLAT PETITS POIS PATATE DOUCE

Ingrédients :

- 220 G de pépites de chocolat noir
- 60 G de purée de petits pois
- 60 G de patate douce
- 2 Œufs
- 25 G de beurre ramolli normal ou clarifié
- 65 G de sucre
- 3 Cuillères à soupe d'eau
- 1 C à thé d'extrait de vanille
- 125 G de farine (au choix) attention de bien la pesée car selon la farine le poids est différent

Préparation :

- Mettre le four à chauffer thermostat 6 donc 180°
- Mettre votre grille au milieu de votre four
- Beurrer un moule de 20 cm environ
- Faire fondre les pépites de chocolat au bain marie
- Battre les 2 Blancs d'œufs en neige
- Dans un petit saladier fouetter les 2 jaunes d'œufs ajouter-y les 2 purée (petits pois / patate douce)
- Le chocolat, le beurre ramolli, le sucre, l'eau et enfin l'extrait de vanille
- Fouettez bien le tout afin d'obtenir un mélange onctueux
- Incorporer la farine petit à petit
- Fouetter vigoureusement le tout
- Ajouter délicatement le blanc d'œuf en neige
- Verser dans le moule
- Mettre au four 30 minutes à 180° piquer une lame au centre si la lame ressort propre il est bien cuit
- Retirer le brownie du four vous pouvez également l'accompagner d'un coulis de votre choix

Une façon de faire manger des légumes à vos enfants

