

Vetarme Brownies

9 stuks

5 eetlepels vetarme cacao-poeder
1 eetlepel bruine basterdsuiker
5 eetlepels magere melk
3 grote bananen, geprakt
175 gr lichte rietsuiker
1 theelepelt vanille-essence
5 eiwitten
75 gr zelfrijzend bakmeel
75 gr haverzemelen
1 eetlepel poedersuiker, om te bestuiven

Bakblik van 20x20 cm bekleed met bakpapier

- Verwarm de oven voor op 180°C
- Roer de cacao-poeder, basterdsuiker en de melk tot een papje
- Voeg de bananen, rietsuiker en essence toe
- Klop de eiwitten los met een vork
- Voeg het cacao-mengsel toe en klop verder
- Zeef het meel erboven en spatel dit er met de zemelen doorheen
- Giet het beslag in het bakblik
- Bak de koek in 40 minuten of totdat de bovenkant stevig en knapperig is
- Laat hem in de vorm afkoelen en snijd hem in stukken
- Bestuif de brownies voor het opdienen met poedersuiker