



# Brownies αμυγδάλου

10'

Χρόνος  
Εκτέλεσης

30 λεπτά'

Χρόνος  
Αναμονής

30'

Χρόνος  
Ψησίματος

6-8

Μερίδες

1

Βαθμός  
Δυσκολίας



## Μέθοδος Εκτέλεσης

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 170° C αέρα.
- Στον κάδο του μίξερ προσθέτουμε τα αυγά και τη ζάχαρη.
- Χτυπάμε σε δυνατή ταχύτητα για 5 λεπτά με το σύρμα μέχρι να αφρατέψει καλά το μείγμα και να ασπρίσει.
- Χαμηλώνουμε ταχύτητα, προσθέτουμε το λάδι, τα αμύγδαλα, το μπέικιν πάουντερ, τη βανίλια, το αλάτι, το κακάο, την σοκολάτα ψιλοκομμένη και χτυπάμε 2 λεπτά να ομογενοποιηθεί καλά το μείγμα.
- Σε ένα [ταψάκι](#) 20x30 εκ. βάζουμε μία λαδόκολλα που να εφάπτεται καλά στον πάτο και τα τοιχώματα.
- Αλείφουμε με ένα πινέλο τη λαδόκολλα με 1 κ.γ. ηλιέλαιο και πασπαλίζουμε με 1 κ.γ. κακάο.
- Αδειάζουμε το μείγμα στο ταψί και ψήνουμε για 30 λεπτά.
- Αφήνουμε να κρυώσει στο ταψάκι (για να μην διαλυθεί) για 30 λεπτά.
- Όταν κρυώσει καλά κόβουμε και σερβίρουμε με λιωμένη λευκή σοκολάτα και φύλλα δυόσμου.

## Συστατικά

- 4 αυγά, μέτρια
- 300 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 100 γρ. ηλιέλαιο, +1 κ.γ. για το ταψί
- 130 γρ. αμύγδαλο, σε σκόνη
- 1/2 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 1 κ.γ. [εγκύλισμα βανίλιας](#)
- 1/4 κ.γ. αλάτι
- 90 γρ. κακάο, + 1 κ.γ. για το ταψί
- 180 γρ. κουβερτούρα λευκή

Για το σερβίρισμα

- 50 γρ. κουβερτούρα λευκή
- φύλλα δυόσμου

## Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

628 Θερμίδες (kcal)	38.0 Λιπαρά (γρ.)	10.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	56.0 Υδατ/κες (γρ.)
31%	54%	50%	22%
54.0 Σάκχαρα (γρ.)	12.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	6.1 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.31 Αλάτι (γρ.)
60%	24%	24%	5%