



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KALORİSİZ BROWNİE

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

2 adet muz

1 su bardağı hindistancevizi

1/2 su bardağı kakao tozu

Yarım çay kaşığı vanilin

Fırın 180 dereceye ayarlanır.

Muzlar püre haline getirilir.

Bir karıştırma kabında muz püresi, hindistancevizi rendesi, kakao tozu ve vanilin iyice karıştırılır.

Karışım yağlı kağıt serili bir küçük fırın kabına veya borcama dökülür.

Hazırlanan karışım önceden ısıtılmış fırında 20-25 dakika pişirilir.

