

BROWNIE DE FAVES I TE MATCHA



 1 h

Ingredients (4 persones)

Faves – 350 g (pelades)

Te matcha – 10 g

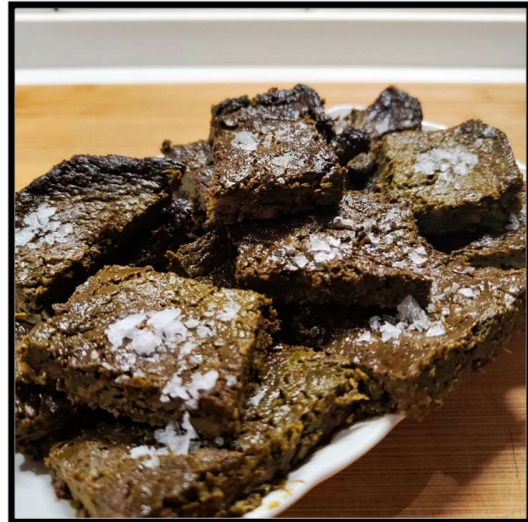
Mantega – 60 g

Mel – 120 g

Nous o anacards – 30 g

Sal – 1 pessic


Grans de xocolata negra (opcional)




A qui li ha tocat la fava?

- Peleeu les **faves** i bulliu-les durant 15 minuts.
- Tritureu les **faves** bullides.
- Afegiu a les faves triturades, el **te matcha** i la **mantega**. Tritureu.
- Afegiu la **mel** i torneu a triturar la barreja, amb un pessic de **sal**.
- Finalment, tritureu o talleu a trossets les **nous** i afegiu-les a la barreja. Podeu tornar-la a triturar, o barrejar-la manualment perquè quedin trossos cruixents de **nou** dins del **brownie**.
- Opcionalment, hi podeu afegir **grans de xocolata negra**.
- Poseu la barreja a una safata i coeu-la al forn 30 minuts a 200 °C.

Altres receptes que podeu fer amb faves: hummus de fava (bissara), arròs amb faves i menta, faves a la catalana, o qualsevol recepta on la fava substitueixi a un altre llegum.

 Faves enlaire
Oques Grasses

 Batut de xocolata