

ローズブラウニー



【材料】

A ブラウニー

生クルミ	100g
デーツ	4 個
レーズン	35g
オレンジの絞り汁	大 1
チアーシード	大 2
バニラエクストラクト	少々
天然塩	少々

B ブラウニー

生クルミ	100g
レーズン	35g
ローカカオパウダー	大 4
ローカカオニブ	大 1

C ホワイトチョコレートクリーム

バナナ	35g
ローカカオバター (50 度以下の湯煎で溶かす)	25g
生カシューナッツ (3 時間浸水させる)	25g
メープルシロップ	大 3
オレンジ絞り汁	30g
レモン汁	小 1
バニラエクストラクト	少々

D チョコレートクリーム

熟したアボガド	80g(正味)
ローカカオバター	25g
ローカカオパウダー	大 3
メープルシロップ	大 3
デーツ	2 個
水	大 3
バニラエクストラクト	少々

【作り方】

1. 生クルミは一晚浸水させ、水気を切っておく。
2. フードプロセッサーに A を入れ細かいそばろ状にする。B を入れ歯ごたえが残る程度に攪拌する。(同じ容器でいいです)
3. ラップを敷いた型に 2 を敷き詰め、コップなどの底で押し付け平らにする。
4. ホワイトチョコレートをつくる。C をフードプロセッサーに入れ滑らかになるまで攪拌する。3 の上に流しいれ冷凍庫で固める。
5. D のチョコレートクリームも同様。(C 又は D をお楽しみください)