Receta de Brownie de Aguacate

13 Ene 2018

Buenos días a tod@s, para este fin de semana os dejo una nueva receta de postres, se trata de un **Brownie de Aguacate**, esta fruta se utiliza en muchas dietas y mezclada con el cacao bajo en grasa y el edulcorante líquido, nos quedará un riquísimo postre y con menos calorías.

Ingredientes

- Aguacate (150 grs, aproximadamente 1 aguacate)
- Queso de untar light (75 grs)
- Claras de huevo (tres)
- Cacao en polvo bajo en grasa (50 grs)
- Harina de avena (20 grs)
- Edulcorante líquido (dos cucharaditas)

Modo de Preparación

1. Precalentar el horno a 180º
2. En un bol echar el aguacate pelado y sin hueso, añadir el queso y batir hasta que se forme una mezcla pastosa y uniforme
3. Añadir el cacao a la mezcla y remover con una cuchara
4. En otro bol batir las claras hasta conseguir el toque de punto de nieve, después añadir la mezcla de aguacate, queso y cacao y mezclar bien
5. Ir añadiendo la harina de avena y el edulcorante y mover con una cuchara hasta que quede bien integrado, podéis ponerle un poquito de canela si os gusta
6. Volcar la masa en un molde, Procurando que no supere los 2cm de grosor
7. Meter al horno precalentado a 180º y dejar unos treinta minutos
8. Sacar y dejar que se enfríe, Servir y.....buen provecho!!!