



reteta-video.ro

Briose cu Dovlecei si Cacao

Briosele cu dovlecei si cacao pare (iar!!!) unul din acele deserturi simple pe care doar eu puteam sa le incerc! Drept e ca sa faci **briose** sarate **cu legume** nu e chiar surprinzator, dar sa fie dulci? Dar, ca sa zic asa, exista o explicatie! Dovleceii au un continut ridicat de zaharuri, la fel ca [sfecla rosie](#), [morcovii](#) sau [dovleacul](#), deci nu e chiar neobisnuit sa-i punem in deserturi, reducand astfel putin cantitatea de zahar. Si nici nu se simt! Eu zic sa le incercati si sa va convingeti singuri! Caci musafirii mei cand le-au gustat nici nu au banuit ca sunt **briose cu dovlecei**. Toata lumea a fost convinsa ca sunt **briose cu cacao**! Si daca adultii nu si-au dat seama, copiii nici atat! Ei au fost cei mai incantati! Radiau de fericire in fata **brioselor cu ciocolata**! Aromate, umede si pufoase s-au terminat rapid. Noroc ca mai aveam pregatite si niste [briose cu mere si scortisoara](#)! Chiar nu ma asteptam sa aiba un asa succes! Si uite asa le-am dat o idee si mamicilor care nu mai stiu ce sa le puna in **pachetelul pentru scoala**. Si chiar pot fi si ei implicati in pregatirea brioselor de casa, caci serios vorbind chiar e o joaca de copil. Bifam mai multe lucruri, timp petrecut cu ei, care este cel mai important, ne distram cu totii, ei sunt fericiti ca au muffins cu ciocolata si noi ca i-am „pacalit” sa manance legume. Plus ca este probabil cel mai rapid si mai simplu desert cu cacao. Poti sa-l refuzi? Cu singuranta nu!!! Sa va fie de folos!

INGREDIENTE BRIOSE CU DOVLECEI SI CACAO

170 g de dovlecel ras pe razatoarea mica
140 g de faina
140 g de zahar brun (miere sau zahar alb)
50 ml de lapte
90 ml de ulei (sau unt topit)
50 g de nuca macinata mare
3 linguri de cacao
un ou
o lingurita cu scortisoara macinata
un plic cu praf de copt
o jumatate de lingurita cu bicarbonat de sodiu
o lingurita ce extract de vanilie
sare

MOD DE PREPARARE BRIOSE CU DOVLECEI SI CACAO

PASUL 1

Incalzim cuptorul.

Punem intr-o sita faina, pudra de cacao, praful de copt, scortisoara macinata si bicarbonatul de sodiu si le cernem. Adaugam cam un sfert de lingurita cu sare si amestecam bine.

PASUL 2

Punem oul intr-un castron, adaugam zaharul brun si mixam pana cand zaharul este perfect incorporat. Turnam uleiul si mai batem pana la omogenizare. Punem laptele si extractul de vanilie si mai mixam putin.

PASUL 3

Adaugam ingredientele uscate, nuca macinata si dovlecelul ras (nu este nevoie sa il stoarcem)si amestecam incet cu o spatula doar pana la omogenizare.

PASUL 4

Cu o lingura pentru inghetata sau cu doua lingurite punem aluat in formele de briose, in care am aranjat hartute pentru copt, pana la aproximativ trei sferturi din inaltimea fiecareia.

PASUL 5

Punem briosele in cuptorul incalzit la 180 de grade pentru 20-25 de minute, pana cand trec testul scobitorii.

PASUL 6

Merg de minune cu un pahar cu lapte, o cana cu ceai sau cafea si mai ales in pachetelul de a doua zi.

Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru Briose cu Dovlecei si Cacao.

POFTA BUNA!