



ROGUE VALLEY FARM TO SCHOOL

La Cosecha del Mes

WWW.RVFARM2SCHOOL.ORG/HARVEST

BROWNIES DE BETABELES

INGREDIENTES:

- 1 taza de harina de trigo integral
- ½ cucharadita de bicarbonato de sodio
- 3 cucharadas de cacao en polvo
- 1 cucharadita de sal
- ½ taza de aceite de oliva
- 2 cucharadas de jarabe de arce
- 1 cucharadita de vainilla
- 2 huevos (batidos)
- 1 taza de betabeles, cocidos, enfriados, y licuados
- 1 taza de puré de manzana
- ½ taza de chips de chocolate pequeños

INSTRUCCIONES:

1. Precalienta el horno a 375 grados. Forra una bandeja de 9x9 pulgadas con papel del horno.
2. Añade los ingredientes secos (excepto los chips de chocolate) a un plato hondo grande y mézclalos.
3. Añade los ingredientes mojados, uno por uno, y mezcla hasta que todo esté incorporado.
4. Añade los chips de chocolate.
5. Vierte la mezcla en la bandeja y hornea por 25-35 minutos, hasta que un palillo insertado salga limpio.