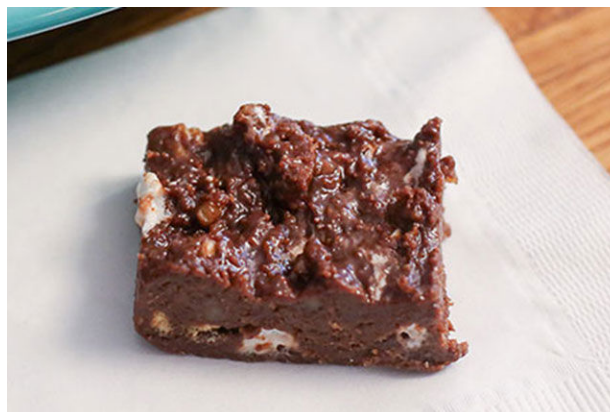


Barres de brownie sans cuisson



Recette par Kraft

Prép.	Prêt en	Portions
30 min	3 30 h min	24 portions de 1 barre (47 g) chacune

ce qu'il vous faut

- 2 1/2 tasses de chapelure graham
- 2 tasses de guimauves miniatures *Jet-Puffed*
- 1 tasse de noix hachées
- 6 oz. (3/4 d'un paquet de 225 g) de chocolat mi-sucré *Baker's*, brisé en petits morceaux
- 1 tasse de lait évaporé en conserve
- 1/2 tasse de sirop de maïs clair
- 1 c. à soupe de beurre
- 1 c. à soupe de vanille

ce qu'il faut faire

Vaporiser un moule carré de 9 po d'un enduit à cuisson. Mélanger la chapelure, les guimauves et les noix dans un grand bol.

Chauffer le chocolat, le lait et le sirop de maïs dans une grande casserole à feu doux 5 min ou jusqu'à ce que le chocolat fonde complètement et que le mélange soit homogène, en remuant souvent. Porter à forte ébullition à feu mi-vif, en remuant constamment. Laisser bouillir 10 min, en remuant constamment. Retirer du feu. Ajouter le beurre et la vanille; remuer jusqu'à ce que le beurre fonde complètement. Ajouter au mélange de chapelure; bien mélanger. Étaler le mélange dans le moule préparé.

Réfrigérer 3 h ou jusqu'à fermeté avant de couper en barres.

Trucs culinaires

Substitut

Remplacez les noix par des arachides.

Restes créatifs

Nutrition

Portions

24 portions de 1 barre (47 g) chacune

Information nutritionnelle

24/03/2020

Barres de brownie sans cuisson- Kraft Canada

Versez le reste de lait évaporé dans un contenant hermétique. Réfrigérez-le 5 jours tout au plus. Utilisez-le pour remplacer le lait dans vos recettes de dessert préférées.

Portion 24 portions de 1 barre (47 g) chacune

QUANTITÉ PAR PORTION

Calories 170

% de la valeur quotidienne

Matières grasses 8g

Matières grasses saturées 3g

Cholestérol 5mg

Sodium 85mg

Glucides 22g

Fibres alimentaires 1g

Sucres 15g

Protéines 3g

Vitamine A 2 %VQ

Vitamine C 0 %VQ

Calcium 4 %VQ

Fer 4 %VQ

L'information nutritionnelle est offerte uniquement à titre de renseignement et indiquée en fonction des ingrédients et de la méthode de cuisson de chaque recette. Cette information peut varier selon le mode de préparation du mets, de l'origine et de la fraîcheur des ingrédients.