

# Брауни



На 100 грамм:  
Калорийность: **108.15 ккал.**  
Белки: **7.58 г.**  
Жиры: **5.88 г.**  
Углеводы: **6.3 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/brauni/>

## Ингредиенты:

- 100гр какао
- 2 яйца
- сахарозаменитель
- 300мл воды

## Приготовление:

Залить какао водой и проварить эту смесь на водяной бане. Добавить сахзам. Пока все это варится, отделяем желтки от белков. Взбиваем желтки и добавим в уже проваренную смесь. Снимаем с плиты. Быстренько взбиваем белки до пиков и добавляем к шоколаду. Тщательно перемешиваем, выливаем в форму отправляем в духовку при 200\*С на 8 мин. Не передержите!! Остужаем. И ставим в холодильник на ночь;).