Rezept: Schoko-Cookie „Zack die Bohne“

Der leckere Energielieferant für Zwischendurch

Rezepttip aus dem Cookinar: ‘Bo(h)n Appétit!‘ mit regionalen Hülsenfrüchten - Bohnen, Linsen, Kichererbsen & Co in kulinarischer Bestform

Zutaten für ein Blech mit ca. 14 Stück:

- 160 g Bohnen oder Kichererbsen gekocht
- 70 g dunkle Kochschokolade
- 70 g Butter
- 2 Eier
- 160-180 g Zucker
- 150 g Mehl
- 1 gehäufter TL Backpulver
- 1 gehäufter EL Kakaopulver
- 40-50 g gehackte Schokolade oder Aromaten nach Wunsch (Vanille, geriebene Orangenschale, Kardamom, Vanille, Tonkabohne ...)
- Staubzucker zum Wälzen

Zubereitung mit viel Liebe:

Bohnen bzw. Kichererbsen unter fließendem Wasser gründlich abspülen und gut abtropfen lassen. Schokolade in Stücke brechen und gemeinsam mit der Butter bei geringer Hitze im Wasserbad schmelzen und anschließend überkühlen lassen. Währenddessen die Bohnen bzw. Kichererbsen mit einem Mixstab oder mit einem Mixaufsatz fein pürieren. Eier und Zucker mit einem Mixer gut schaumig rühren. Mehl, Backpulver und Kakaopulver vermischen, in die Eimasse sieben und vorsichtig mit einem Schneebesen oder einer Teigspachtel unterheben. Das Bohnen/Kichererbsen-Püree sowie die überkühlte Schoko-Buttermischung ebenfalls unter den Teig rühren und die Schokostücke untermischen. Die Masse mindestens 2 Std. kühl stellen, damit sie anziehen kann. Backrohr auf 180 °C vorheizen. Staubzucker in eine kleine Schüssel geben. Mit einem Esslöffel oder einem Eisportionierer aus dem Teig ca. 14 Stücke portionieren und diese mit der Hand zu Kugeln drehen. Die Teigkugeln im vorbereiteten Staubzucker wälzen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Im vorgeheiztem Backrohr je nach Größe 10 bis 12 Minuten backen. Die Kekse sollen sich ohne Ankleben vom Backpapier lösen lassen und beim Andrücken noch fluffig anfühlen.

Tipps für Genießer:

• Anstelle von dunkler Schokolade können auch weiße Schokolade bzw. weiße Schokostückchen als Einlage verwendet werden. Dafür aber den Zuckeranteil etwas reduzieren.
• Schokostücke können auch durch gehackte Nüsse, Kürbiskerne, Hanfsamen etc. ersetzt werden.
• Kaffeeliebhaber können den Teig noch mit etwas Löskaffeepulver aromatisieren.