

# Amaranth-Nuss-Brownie

## Zutaten:

80g Amaranth gepoppt  
60g Kürbiskerne  
60g Haselnüsse  
10g Rosinen  
250g Erdnussbutter  
2 TL Pflanzenöl  
1 TL Zimt  
100g Schokolade

## Zubereitung:

Die Nüsse und Saaten in einer Pfanne rösten, die Rosinen hacken. Mit der Erdnussbutter, Pflanzenöl und Zimt gut vermischen. Zuerst die gerösteten Nüsse und Saaten, dann den Amaranth hinzugeben. Gut verrühren und in eine mit Backpapier ausgelegte Form füllen. Fest andrücken. Danach die Schokolade schmelzen und auf die Riegelmasse geben, verteilen und nach Belieben mit Nüssen, Kürbiskernen oder Kokosraspel verzieren. Für zwei Stunden kaltstellen. Danach in kleine Würfel schneiden.