



Bananenbrot

Backtemperatur 170°C, das Rezept ergibt ein Bananenbrot gebacken in einer 22er Kastenform

Zutaten:

275g Dinkel Vollkornmehl
400g sehr reife Bananen
2 Teelöffel Backpulver
1 Teelöffel Zimt
90g Kokosöl
1 Prise Salz
50g gehackte Haselnüsse oder Rosinen

Herstellung:

Den Ofen auf 170°C vorheizen. Das Mehl, Backpulver, die Haselnüsse, den Zimt und das Salz in einer Schüssel mischen. Die zerdrückten Bananen und die Haselnüsse zugeben und alles kurz verrühren. Es können grobe Bananenstücke im Teig sein. Wer diese nicht möchte, kann die Bananen vorher pürieren.

Den Teig in die gefettete Form geben und abbacken. Zur Dekoration kann nach Wunsch vor dem Backen auch noch eine Banane in Scheiben geschnitten werden. Die Scheiben werden dann auf die Teigoberfläche gelegt. Das Brot backt ca. 50 Minuten.

Das Bananenbrot auskühlen lassen und dann anschneiden.