

Bananenbrot mit Walnüssen

Zutaten für 8 Personen

Zubereitungszeit 60 Minuten

Schwierigkeit einfach

Zutaten

50 ml Mandelöl oder Kokosöl
1 Ei
2 Reife Bananen
85 g Kokosblütenzucker oder
Rohrzucker
90 g Weizen- oder Dinkelmehl
30 g Walnussmehl oder
Mandelmehl
1 TL Backpulver
40 g Walnüsse oder Mandeln
1 Prise Salz



Zubereitung

Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Mandelöl mit Ei und Zucker in einer großen Schüssel verquirlen. Zwei dünne Längsstreifen einer Banane abschneiden und zur Seite legen. Den restlichen Teil der Bananen mit einer Gabel zerdrücken und mit in die Schüssel geben. Die Mehle, eine Prise Salz und einen Teelöffel Backpulver dazugeben und mit Knethaken zu einem gleichmäßigen Teig verrühren. Walnüsse grob hacken und unterheben. Den Teig in eine gefettete Kastenform füllen, die beiden Bananenstreifen darauflegen und alles für zirka 40 bis 50 Minuten backen. Zum Ende der Backzeit mit einem Holzstäbchen testen, ob der Teig innen fest ist. Vor dem Anschneiden auf einem Gitterrost leicht abkühlen lassen.

Hinweise

Etwas gehackte Nüsse als Verzierung auf dem Brot verwenden.
Tipp: Als Dessert mit Vanilleeis und frischen Früchten servieren.