



SCHLECKMÄULER & TEIGFRESSER
DAS KOCHBÜCHER FÜR KINDER

Bananenbrot





SCHLECKMÄULER & TEIGFRESSER
DAS KOCHATELIER FÜR KINDER



Zutaten für Cakeform (25cm):

3 sehr reife Bananen
100 Gramm Buttermilch
3 Esslöffel Zuckerrübensirup
oder Honig
200 Gramm Ruchmehl

1 Teelöffel Natron
½ Teelöffel Salz
75 Gramm Butter
100 Gramm Walnüsse

Zubereitung

Zuerst die Walnüsse kurz in einer Pfanne rösten. Auskühlen lassen und dann zerkleinern.

Den Backofen auf 175 Grad Umluft vorheizen.

Bananen, Buttermilch, Zuckerrübensirup in einem Mixer pürieren.

In einer Teigschüssel die Butter schaumig rühren, Bananemischung, Mehl, Natron, Salz, sowie die Walnüsse darunter rühren.

Den Teig in eine gebutterte oder mit Papier ausgelegte Cakeform füllen.

Circa 60 Minuten im Ofen backen.

Tipp

Ist mal eine gute Abwechslung für in die Znüni Box.

