



Walnuss Bananen Brot

Walnuss Bananen Brot

3 reife Bananen

250 g Mehl

100 g Rinatura Rohrzucker Bio

1 Teelöffel Rinatura Weinsteinbackpulver Bio

0.5 Teelöffel Natron

1 Teelöffel Salz

1 Teelöffel Zimt (optional)

60 ml Maitre Marcel Walnuss-Öl

60 ml pflanzliche Milch (z.B. Mandel-oder Hafermilch)

1 Teelöffel Vanilleextrakt (optional)

50 g Walnüsse, gehackt

50 g vegane Schokoladenstückchen (optional)

Walnuss Bananen Brot

1.

Den Backofen auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und eine Kastenform (ca. 20 cm) mit Backpapier auslegen oder einfetten.

Gesamtzeit: 1 h 20 min

Schwierigkeitsgrad: mittel

Portionen: 1 Personen

Die reifen Bananen in einer großen Schüssel mit einer Gabel zerdrücken. In einer separaten Schüssel Mehl, Zucker, Backpulver, Natron, Salz und Zimt (wenn verwendet) gut vermischen. Das Pflanzenöl, die pflanzliche Milch und den Vanilleextrakt (wenn verwendet) zu den zerdrückten Bananen geben und gut vermengen.

Die trockenen Zutaten langsam zu den feuchten Zutaten geben und vorsichtig mit einem Teigschaber oder Löffel verrühren, bis gerade so ein Teig entsteht. Nicht zu lange rühren, damit das Brot schön fluffig bleibt. Walnüsse und falls gewünscht Schokoladenstückchen unterheben.

Den Teig in die vorbereitete Kastenform geben (evtl. noch mit weiteren Walnüssen toppen oder einer halbierten Banane) und für ca. 45-55 min. im vorgeheizten Ofen backen. Mit einem Holzstäbchen testen, ob das Brot durchgebacken ist. Das Bananenbrot aus dem Ofen nehmen und für ca. 10 min. in der Form abkühlen lassen. Danach aus der Form nehmen und auf einem Gitterrost vollständig auskühlen lassen.