



Schauen Sie
auch gerne
unser Video
auf YouTube!



Schoko-Bananenbrot



Dauer
70 Minuten



Schwierigkeit
einfach



Portionen
8

Zutaten

4	reife Bananen	35 g	Kakaopulver
80 g	Buchweizen	10 g	Backpulver
80 g	Kichererbsenmehl	50 g	Kokosöl
120 g	Dattelsucker	200 g	Milch oder Pflanzenmilch

Beschreibung

Dieses Rezept schmeckt zu jeder Jahreszeit, passt aber durch die Zugabe von Lebkuchengewürz auch perfekt in die Adventszeit. Je reifer die Bananen, desto süßer wird das Bananenbrot.

Zubereitung

Den Ofen auf 180° C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine kleine Kastenform mit Backpapier auslegen. Bananen mit einer Gabel zerdrücken. Kokosöl schmelzen. Alle weiteren Zutaten dazugeben und zu einem Teig verrühren. Teig in die Backform geben und für ca. 50 Minuten in den Ofen schieben. Anschließend aus dem Ofen nehmen, auskühlen lassen und aus der Backform lösen.