

Bananen-Nussbrot


Zur Artikelliste *

Gern gegessen in:



Kitas



Schulen



Universitäten



Betriebs-
kantinen



Senioren-
einrichtungen

Rezeptur-Nummern im Menü-Manager MM00400

Zutaten für 10 Personen:

	Zutat	Art.-Nr.	Menge
	Mehl	410953	250 g
	Walnüsse gehackt	713641	200 g
	Zimtpulver	323638	2 TL
	Backpulver	609125	3 TL
	Salz	496865	½ TL
	Rohrzucker	775533	150 g
	Vanilleschote	836920	1 Stück
Bio	Zitrone	523045	1 Stück
	Eier	530200	4 Stück
	Kokosöl	614347	250 ml
Fairtrade	Bananen	17498	850 g
Fairtrade	Honig	978057	20 g

Zubereitung:

1. Ofen auf 175 Grad vorheizen und eine Backform mit Backpapier auslegen (am Rand einige Zentimeter überragen lassen).
2. Mehl, fein gehackte Walnüsse, Zimt, Salz, Backpulver, Rohrzucker, Mark von der Vanilleschote (mit einem scharfen Messer der Länge nach halbieren, das schwarze Mark mit der Klinge auskratzen) und Zitronenschale vermengen. Schlagen Sie die Eier mit dem Öl separat in einer anderen Schüssel auf. Vermengen Sie diese mit den zerdrückten Bananen und grob gehackten Walnüssen. Anschließend rühren Sie die Masse in die Mehlmischung unter.
3. Geben Sie die Mischung in die Backform und belegen Sie die Masse mit Bananenscheiben.
4. Bestreichen Sie nun die Bananenscheiben mit einer dünnen Schicht Honig.
5. Die Form auf einem Rost in das untere Drittel des Ofens schieben und für ca. 50-60 Min. backen.

Tipp: Variieren Sie mit anderen Nüssen wie z. B. Cashewnüssen. Ersetzen Sie die Hälfte der Bananen mit fein gehackter Mango oder ergänzen Sie den Teig mit Schokoladenstücken*.

* Nur national verfügbare Artikel.