



Rezepte > Frühstück

Bananenbrot



Zubereitungszeit
30min



Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 12 Portionen

Bananen	4 St.
Backpulver	2 TL
Eier	2 St.
Kakaopulver	1 EL
Skyr, natur	100 g
Salz	
Zucker	15 g

Zubereitung

1. Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen – wichtig!
2. Eier mit Zucker/Zucker mit einem Schneebesen oder Mixer verquirlen.
3. Mehl, Salz, Backpulver & Kakao in separater Schüssel verrühren.
4. Die Bananen nun mit einer Gabel klein machen – nicht mixen!
5. Bananen, Honig und Skyr in Ei – Mischung geben , verrühren.
6. Die Mehl – Mischung nach und nach zur Ei – Mischung geben und gut verrühren.
7. Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform geben und nach Belieben Topping drüber streuen.
8. Form in den Ofen schieben und Bananenbrot 50-60 Minuten backen.



Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	55 kcal
Kohlenhydrate	10 g
Eiweiß	3 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	1 g