



Bananenbrot Grundrezept

Zeit gesamt
🕒 1h 10min

Zubereitungszeit
🕒 30min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 16 Portionen

Bananen	5 St.
Öl	80 ml
Eier	2 St.
Zucker	80 g
Zimt	
Weizenmehl, Type 405	250 g
Backpulver	2 TL
Paniermehl	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, Kastenform 28 cm, Handrührgerät mit Schneebes

1. Ofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Bananen schälen und in einer Schüssel vier Bananen mit einer Gabel zerquetschen. Letzte Banane längs halbieren.
2. Öl, Eier, Zucker und Zimt in die Schüssel geben und mit einem Handrührgerät mit Schneebes mit den Bananen vermengen. Mehl und Backpulver zugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig verrühren.
3. Eine Kastenform mit Öl einfetten und mit Paniermehl bestreuen. Teig gleichmäßig in die Form gießen. Halbierter Banane auf den Teig legen, leicht eindrücken und im Ofen ca. 50 Min. backen.
4. Bananenbrot aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen und aus der Form stülpen. Portionieren und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	175 kcal
Kohlenhydrate	30 g
Eiweiß	3 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	5 g