

# Bananenbrot (ohne Zucker)

Für 1 Kastenform (ca. 30 cm Länge)



## Für den Teig:

250 g Weizenmehl Type 550  
oder Dinkelmehl Type 630  
50 g Weizen- oder Dinkel-  
Vollkornmehl (alternativ:  
gemahlene Nüsse, Hafer-  
oder Buchweizenmehl)  
2 ½ TL Weinstein-Backpulver  
½ TL Salz  
1 TL Zimt  
300-350 g Bananenpüree  
(von ca. 3 mittelgroßen, über-  
reifen Bananen)  
2 Eier (Größe M)  
80 g Rapsöl  
40 g Ahornsirup (oder  
anderes Süßungsmittel)  
ca. 80 g Milch  
60 g Haselnüsse, grob gehackt

1. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Kastenform einölen oder mit Backpapier auslegen.
2. Alle trockenen Zutaten für den Teig in einer Schüssel vermengen. Bananen mit einer Gabel grob zerdrücken und mit Eiern, Öl, Ahornsirup und Milch glattrühren.
3. Die trockenen zu den flüssigen Zutaten in den Teig geben und kurz vermengen. Teig in die Form füllen, die Oberfläche glattstreichen und mit den gehackten Haselnüssen bestreuen.
4. Das Bananenbrot im unteren Drittel des Ofens etwa 50 Minuten backen. Stäbchenprobe machen. Das Brot nach dem Backen mindestens 30 Minuten abkühlen lassen.