



BANANENBROT

ZUBEREITUNGSZEIT: 30 MIN • **KOCHZEIT:** 60 – 75 MIN • **PORTIONEN:** 2 LAIB BROT

ZUTATEN

- ☐ 170 g Butter oder Margarine (Zimmertemperatur)
- ☐ 300 g Zucker
- ☐ 2 Eier
- ☐ 3 Bananen, zerdrückt (alternativ überreife oder gefrorene Bananen)
- ☐ 1 TL Vanilleextrakt
- ☐ 1 TL Natron
- ☐ 240 g Mehl, gesiebt
- ☐ ¾ TL Salz
- ☐ 180 g saure Sahne
- ☐ 75 g Pekannüsse, gehackt (optional)

SO GEHT'S:

1. Den Ofen auf 165 °C vorheizen.
2. Zwei Kastenformen (21 cm x 11 cm) mit Butter einfetten und mit Mehl bestäuben.
3. Zucker und Butter in einer Küchenmaschine 10 Minuten cremig rühren.
4. Eier hinzufügen und gründlich unterrühren.
5. Vanille unter das Bananenpüree mischen.
6. Bananenmischung zur Butter-Zucker-Mischung geben.
7. Trockene Zutaten in eine separate Schüssel sieben.
8. Hälfte der trockenen Zutaten zur Mischung geben und weitermischen.
9. Saure Sahne hinzufügen und gut mischen.



BANANENBROT

ZUBEREITUNGSZEIT: 30 MIN • **KOCHZEIT:** 60 – 75 MIN • **PORTIONEN:** 2 LAIBE

TIPP

Verwende gemahlene Pekannüsse oder lass sie weg, wenn das Brot leichter kaubar sein soll.

SO GEHT'S:

- 10.** Restliche trockene Zutaten hinzufügen und mischen.
- 11.** Teig aus der Schüssel nehmen und gehackte Pekannüsse unterheben (optional).
- 12.** Teig in die vorbereiteten Formen füllen und 60 – 75 Minuten backen, bis ein Zahnstocher ohne Teigreste herauskommt.
- 13.** Brot vollständig abkühlen lassen. Serviervorschlag: Mit geschlagener Butter oder Frischkäse.

Bitte kläre vor der Zubereitung mit deinem Behandlungsteam, ob du bestimmte Ernährungsvorschriften befolgen musst, und passe das Rezept deinen Bedürfnissen und eventuellen Allergien an.