

# fair-ein REZEPT

## Bananen-Nuss-Kuchen

### Zutaten:

Butter und Mehl für die Form  
5 überreife Bananen (aus dem Weltladen)  
200 g Butter (Zimmertemperatur)  
150 g Rohrzucker (aus dem Weltladen)  
4 Eier  
250 g Weizenmehl  
100 g Cashewnüsse (aus dem Weltladen)  
2 TL Backpulver  
1 Prise Zimt (aus dem Weltladen)



### Zubereitung:

Eine Kastenform mit Butter einstreichen und mit Mehl bestäuben.  
Bananen schälen und mit einer Gabel zerdrücken, den Zimt einrühren.  
Butter und Zucker mit einem Rührgerät verrühren. Nach und nach die Eier hinzugeben und verrühren. Die Cashewnüsse mahlen, mit Mehl und Backpulver vermengen und unter die Masse rühren. Anschließend die Bananen hinzugeben und alles gut verrühren.  
Den Teig in die Form geben und bei 180° Ober- und Unterhitze ca. 1 Stunde backen.  
Mit einem Holzstäbchen den Kuchen einstechen, um zu prüfen, ob er durchgebacken ist. Wenn kein Teig mehr am Stäbchen kleben bleibt, ist der Kuchen fertig gebacken. Sonst noch länger im Ofen lassen.  
Den fertigen Kuchen auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

*Susanne Freyhöfer  
Faires Frühstück 13.5.2023*