

fair-ein REZEPT

Bananenbrot

Zutaten für ein Kastenbrot:

330g Mehl
270g brauner Zucker (aus dem Weltladen)
2 Eier
400g Bananen (aus dem Weltladen)
1 Päckchen Backpulver
1 TL gemahlener Zimt (aus dem Weltladen)
1 TL gemahlener Ingwer (aus dem Weltladen)
130g Butter
nach Wunsch: 70g gehackte Walnüsse

Zubereitung:

Eier und Zucker verrühren. Dann die pürierten Bananen untermischen. Zimt und Ingwer unterrühren. Die Butter schmelzen lassen und zusammen mit dem Mehl und dem Backpulver unterrühren. Nach Wunsch gehackte Walnüsse unterrühren.

Den Teig in eine eingefettete, mit Semmelbröseln ausgekleidete Kastenform geben und bei 170°C 60 min backen.

Dazu passt süßer Brotaufstrich.



© Rainer Bock

*Susanne Freyhöfer
Faires Frühstück 12. Mai 2012*