



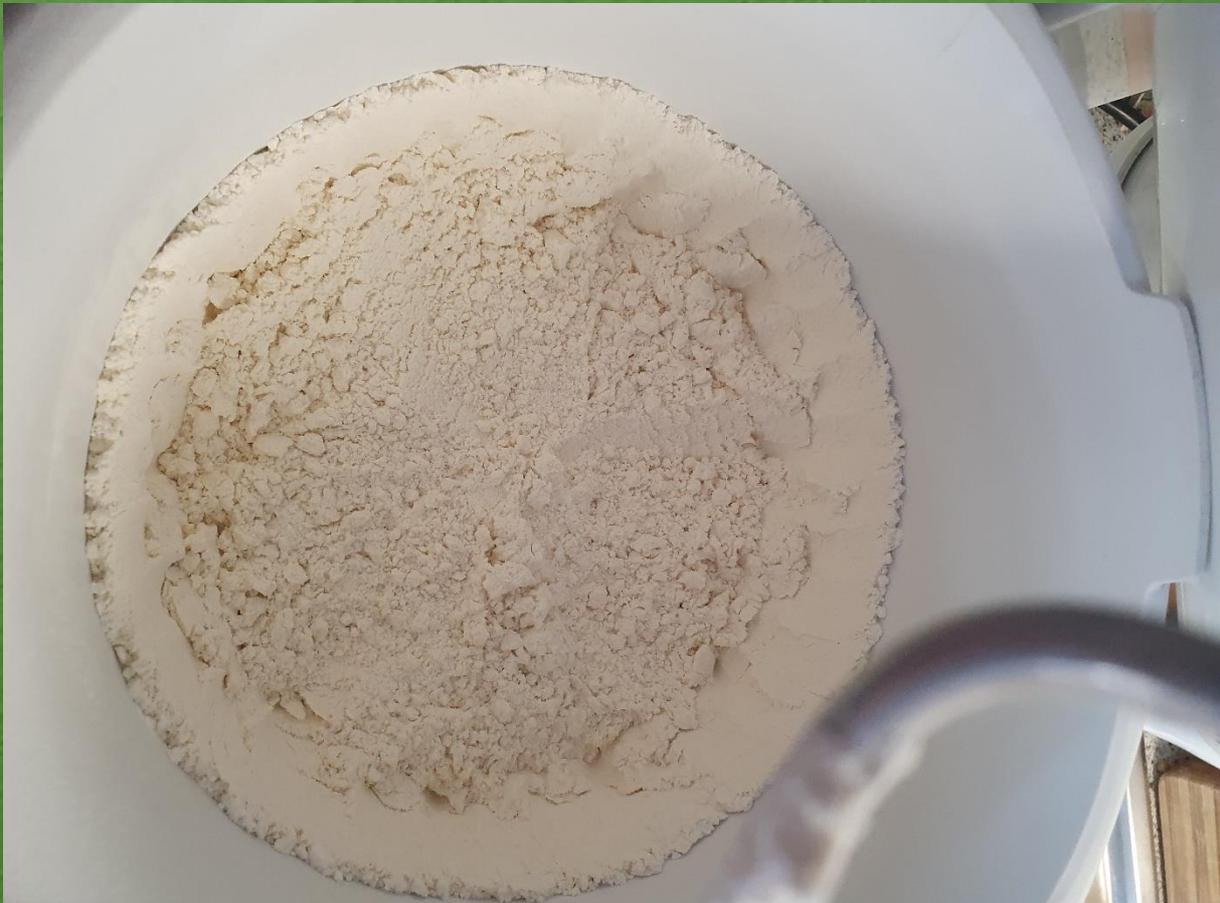
Leckerer Bananenbrot

Hier ein Rezept für ein leckeres und saftiges Bananenbrot. Ihr könnt das Rezept auch gerne abändern und zum Beispiel die Schokotropfen weglassen oder andere Nüsse als Walnüsse verwenden!

Benötigte Zutaten:

- **300g Dinkelmehl**
- **1 Packung Backpulver**
- **Eine Prise Salz**
- **250g Apfelmus**
- **2 reife Bananen**
- **130ml Milch**
- **150g Walnusskerne**
- **70g Schokoladentropfen**

1. Zuerst kann der Ofen auf 180 Grad Umluft vorgeheizt werden. Dann können in einer großen Schüssel das Dinkelmehl, Backpulver und das Salz vermischt werden.



2. In einer zweiten Schüssel werden die zwei reifen Bananen mit einer Gabel oder ähnliches zerdrückt, sodass daraus ein Brei entsteht.



3. Dann kann zu den Bananenbrei das Apfelmus und die Milch hinzugeben werden und gut durchgerührt werden.



4. Anschließend kann der verrührte Brei nun nach und nach zu dem Mehl untergemixt werden.

5. Dann werden die Walnüsse grob gehackt, dabei lasst ihr euch am besten von euren Eltern helfen. Von den 150g nur 100g in den Teig untergehen. Die anderen 50g werden bei Seite gelegt für später.

Danach werden die Schokotropfen ebenfalls mit untergerührt.



6. Die Kastenform (ca. 11x25 cm) sollte mit Butter eingefettet werden und anschließend mit etwas Dinkelmehl ausgeklopft werden. Damit wird das fertige Brot sich später einfach aus der Form nehmen lassen.



7. Nun kann der Teig in die Kastenform gegeben werden. Die letzten 50g der Walnüsse können dann oben auf den Teig verteilt werden.

8. Das Bananenbrot sollte bei 180 Grad Umluft auf mittlerer Schiene für ca. 60 Minuten gebacken werden. Nach 30 bis 40 Minuten muss das Bananenbrot mit einer Folie abgedeckt werden, damit die Walnüsse nicht verbrannt werden.



Viel Spaß beim Backen eines Bananenbrottes! 😊