

ZUCCHINI-BANANENBROT

10 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



30 MIN

GESAMTZEIT

Zutaten für 1 Brot

- 150 g Zucchini
- 2 Bananen (sehr reif, ca. 200 g)
- 40 g Kokosöl
- 200 g Dinkelvollkornmehl
- 2 Eier
- 1 ½ TL Backpulver



Zubereitung:

1. Wasche die Zucchini und raspel sie fein.
2. Schäle die Bananen, zerdrücke sie mit einer Gabel und mische sie mit der geriebenen Zucchini. Rühre außerdem die Eier und das Kokosöl mit einem Teigschaber unter.
3. Mische das Mehl mit dem Backpulver und hebe sie kurz unter die Bananenmischung.
4. Heize den Backofen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze vor. Fülle den Teig in eine mit Backpapier ausgelegte 25 cm Kastenform. Backe das Zucchini-Bananenbrot 50 Minuten im unteren Drittel deines Backofens.

Nährwerte pro Portion: 117 kcal | KH 15 g | E 4 g | F 5 g



Ein Rezept von Familienkost.de

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöbere in unserem **Shop**.

