

# BANANENBROT OHNE ZUCKER



## ZUTATEN:

2 Eier  
3 Bananen (sehr reif)  
40 g Datteln  
60 g Kokosblütensirup (alternativ Agavendicksaft)

60 g neutrales Öl  
50 g Haferflocken  
30 g Leinsamen (geschrottet)  
1 Prise Salz  
1 TL Zimt  
4 EL Joghurt  
250 g Mehl  
1/2 Pkg. Backpulver  
50 g Walnüsse grob gehackt  
25-40 g Kochschokolade

1 kleine Banane bzw. 1/2 große Banane  
zum Unterheben für den Teig

## Zur Deko:

1 kleine Banane  
etwas Kristallzucker



## ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten außer Mehl, Backpulver und Walnüsse in einen Mixaufsatz (zB der Kenwood Küchenmaschine oder Pürierstab) geben und gut pürieren.
2. (Kein Mixer bzw. Pürierstab zuhause? Dann einfach die Bananen mit einer Gabel zerdrücken und mit einem Mixer alle Zutaten außer Mehl verrühren.)
3. Die Masse in eine Schüssel geben und Mehl und Backpulver unterrühren. Walnüsse und Schokolade grob hacken und im Teig untermischen. Eine kleine Banane (oder 1/2 große Banane) in kleine Stücke schneiden und unter dem Teig heben.
4. Eine Kastenform ausbuttern und mit Mehl bestäuben. Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.
5. Masse in die Kastenform geben. Eine kleine Banane in Scheiben schneiden und auf dem Teig in 2er Reihe verteilen. Ca. einen Esslöffel Kristallzucker über die Bananenscheiben streuen. Das sorgt für leicht karamellierte Bananen auf dem Bananenbrot.
6. Für ca. 45 Minuten backen (Stäbchenprobe!).

Hinweis: Wenn die Zutaten in einen Standmixer kommen, kann auch ungeschrotteter Leinsamen verwendet werden.