



BANANENBROOD

Dit bananenbrood is een ideale afwisseling als gezond tussendoortje. Met vitaminen, vezels en gezonde vetten wordt het een groot feestje in je lijf!

Ingrediënten

3 (rijpe) bananen

3 eieren

Snufje kaneel

150 gram amandelmeel

1 ½ theelepel bakpoeder

Handje ongebrande noten (zoals walnoten/amandelen/pecan/hazelnoten, etc.) of voor degene die niet van noten houden: gebruik 75 gram rozijnen

Klein snufje zout

Eventueel wat honing voor degene die van zoet houden 😊

Olie om in te vetten

Hoe te bereiden?

Verwarm je oven voor op 175 graden.

Vet de cakevorm vast in met olie of gebruik bakpapier

Prak de bananen tot een puree of doe ze in de keukenmachine of blender tot ze een puree zijn geworden.

Klop in een andere kom de eieren luchtig op en voeg wat zout toe. Meng dit met het de bananenpuree.

Voeg de amandelmee toe aan het beslag.

Voeg hieraan ook het bakpoeder toe en meng tot een glad beslag.

Roer tot slot de ongebrande noten of de rozijnen erdoor.

Giet het mengsel in de cakevorm en zet in de oven. Bak je bananenbrood in 45-50 minuten



af.

Check of je bananenbrood gaar is door er een satéprikker in te prikken. Is deze schoon en droog als je 'm er uit haalt? Dan is je brood klaar.

Laat de cake afkoelen op een rooster.

