

Ingrediënten voor 16 personen

3 bananen 150 gram  
kikkerwtenmeel 2 theelepel  
bakpoeder 3 eieren snuf zout 75  
gram ontpitte dadels 1 hand  
noten (amandel, hazelnoot, wat  
je lekker vindt snuf kaneel  
bakpapier

**Tijd:** 30-60 min.

**Keuken:** Multi-cultureel

**Soort\_gerecht:** Brood

**Eigen\_keuken:** Nee

**Vegetarisch:** Ja

## Bananenbrood

Ik onderzoek graag hoe ik koolhydraten, suikers en vet kan beperken in mijn eetpatroon, In die zoektocht experimenteer ik graag met o.a. met kikkererwtenmeel. In mijn zoektocht naar een lekker suikervrij alternatief van koekjes en cake stuitte ik op het fenomeen bananenbrood. Daarmee ben ik gaan experimenteren met een, volgens mij, heerlijk resultaat.

### Hulpmiddelen

Keukenmachine Cakevorm

### Bereidingswijze

Verwarm de oven voor op 170 graden. Doe alle ingrediënten in de kom van een keukenmachine en meng alles in enkele seconden (niet te lang!) tot een glad beslag. Bekleed de cakevorm met het bakpapier. Giet het mengsel in de vorm. Zet de cakevorm in de oven en bak het bananenbrood in circa 50 minuten gaar. Controle: als je er een satéprikker insteekt en die komt er droog uit, dan is je brood gaar. Haal het bananenbrood vervolgens uit de oven, laat iets afkoelen en snijd vervolgens in plakken.

### Serveertips

Ik haal er met mijn cakevorm 16 plakken uit. Die vries ik per stuk in, ingepakt in keukenfolie.

