

Ingrediënten voor 15 personen

4 rijpe kinder bananen 150 gram
amandelmeel 3 eieren 1,5
theelepel bakpoeder 4 a 5
smeuïge abrikozen (gedroogd) in
stukjes geknipt 3 grote smeuïge
vijgen (gedroogd) in stukjes
handje gemengde noten handje
havermout 5 eetlepels honing
handje cranberries 1 eetlepel
koekkruiden 1 eetlepel cacao

Tijd: 30-60 min.
Keuken: Nederlands
Soort_gerecht: Brood
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee



Bananenbrood met allerlei lekkere aanvulling

Recept doorgestuurd gekregen van mijn yoga docent, met haar aanvullingen en mijn eigen aanvullingen is het een super lekker brood geworden.

Bereidingswijze

Verwarm de oven voor op 170 graden Doe amandelmeel, bananen, eieren, honing, kruiden in kom. Pureer alles met een staafmixer tot een smeuïge massa, roer de noten, stukjes gedroogd fruit, havermout erdoor. doe alles over in een ingevet bakblik. schuif het brood in het midden van een voorverwarmde oven. na 50-55 minuten is het brood klaar. laat hem even afkoelen en snijd hem dan in plakken

Serveertips

Ik heb een hete lucht oven en de voorverwarmd op 180 graden maar de volgende keer doe ik het op 160. nu was de bovenkant bij de randen en hoeken te donker