

Bananen Brot (vegan)

3 sehr reife Bananen

350 Gramm Vollkornmehl (Roggen, Dinkel oder Weizen)

1 TL Backpulver

1 TL Natron

40 Gramm geschmolzene Butter (oder Margarine wenn vegan)

2 EL Apfelmus

2 EL Soja Joghurt natur

Vanillemark einer Vanilleschote

1 TL Zimt (je nach Geschmack)



Zubereitung:

Den Backofen auf 175 Grad vorheizen. Die Bananen mit einer Gabel zerdrücken, dann die restlichen Zutaten unterrühren. Es sollte ein fester Teig entstehen, evtl. noch etwas Mehl dazugeben. Dann einen Laib formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Auf mittlerer Schiene bei Ober- und Unterhitze ca. 50-60 Min backen.

Guten Appetit!