

Bananenkuchen



ZUBEREITUNG

Heizen Sie den Ofen auf 180 °C vor.
Vermengen Sie alle trockenen Zutaten miteinander.
Pürieren Sie die Bananen.

Im Anschluss geben Sie die Bananen mit der Mandelmilch und Kokosöl zu den trockenen Zutaten und vermischen alles gut. Die Rosinen gut abtropfen und ebenfalls zur Mischung geben.

Den Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform geben und ca. 40min im Ofen backen.

TIPP

Nach Belieben können Sie vor dem Backen dunkle Schokoladenstückchen in den Teig geben!

ZUTATEN

800 g Überreife Bananen
(5 Stck.)

80 g Flüssiges Kokosöl

80 g Kokosblütenzucker

1 TL Vanille

145 g Hafermehl

200 g Reismehl

½ TL Backpulver

120 g Eingeweichte
Rosinen

120 ml Mandelmilch

Dunkle
Schokolade nach
Bedarf

Arbeitszeit:

40 min

Backzeit:

40 min

Rezept von:

Sendung Doctor's Kitchen Talk