

## Rezept: Bananenbrot (vegan)

---

- 3-4 reife Bananen (& evt. Zitronensaft)
- 100 g Wallüsse
- 80 gr Pflanzen- oder Sojamargarine
- 80-100 gr Rohrrohrzucker
- 400 g Vollkornmehl (oder gemischt mit 1050er Mehl)
- 1 Päckchen Backpulver
- 120 ml Soja-, Hafer- oder Reisdink
- wer möchte 1 TL Zimt

Die Bananen mit der Gabel zermatschen und mit Zitronensaft betreufeln damit sie nicht braun werden. Dann die Wallnüsse grob zerkleinern.

Den Backofen auf 150 °C vorheizen.

Margarine und Zucker im Topf schmelzen, nach und nach Mehl mit Backpulver einrühren. Dann alle übrigen Zutaten hinzufügen und gut umrühren. Den Teig in eine gefettete Kastenform (11x 28cm) füllen und bei 150 °C, 50-60 Minuten (Umluft) fertig backen.

Mhhh, lecker!!

Namasté

Nicole