

Bananenbrood

Ingrediënten

4 rijpe bananen
150 gr havermout, fijngemalen
50 gr amandelmeel
3 eieren
50 gr canderel sugarly of 100 gr kristalsuiker
60 gr vloeibare boter
Speculooskruiden naar smaak



Bereiding

Verwarm de oven voor op 180°C.

Plet de bananen. Roer er de eieren door. Meng het geheel met de vloeibare boter, fijngemalen havermout, amandelmeel en suiker of zoetstof. Roer het goed door tot je een glad geheel krijgt. Kruid af met de speculooskruiden.

Giet het beslag in een bakvorm, bekleed met bakpapier. Snij de overgebleven banaan in plakjes en leg die bovenop het deeg.

Bak het bananenbrood 40-45 minuten in de voorverwarmde oven. Laat goed afkoelen.

Tip: lekker met yoghurt en fruit als ontbijt.

Smakelijk!

Lekker & gezond

Hou je van lekker eten maar wil je toch graag een voedzame maaltijd op tafel zetten? Ben je af & toe de inspiratie een beetje kwijt?

DESSERTS

Ontbijt

Mocktails

OVENSCHOTELS

Eitjes

Sorbets –
Ijsjes

VLEES &
GEVOGELTE

Soepen

SALADES

Vis

Pasta

BARBECUE

Dan zijn deze kookboekjes ideaal voor jou!
Lekkere & gezonde recepten die je in een handomdraai op tafel hebt staan!

www.dietiste-inebosmans.be