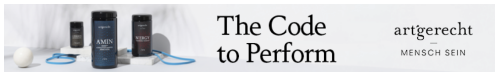
Kanadisches Bananenbrot mit Walnüssen

Vorbereiten	Zubereiten	Niveau
15	**75**	**Einfach**
Minuten	Minuten	★☆☆

Zutaten

- 250g Vollkornmehl
- 250g Walnüsse
- 6 sehr reife Bananen
- 120g Ahornsirup
- 1 Pck. Backpulver
- 1 gehäufter TL Zimt



Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf https://artgerecht.com und erhalte **10% Rabatt**.

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Die Bananen in einem Standmixer sehr fein pürieren. 200g der Walnüsse hinzugeben und ebenfalls fein pürieren. Das Mehl zusammen mit dem Backpulver und dem Zimt vermengen. Ahornsirup und die Banane-Walnuss-Mischung hinzugeben. Die restlichen Walnüsse grob hacken und ebenfalls hinzugeben. Alles zusammen kurz vermengen und in eine gefettete und gemehlte Kastenform füllen. Für 60 Minuten auf mittlerer Schiene backen, nach 15 Minuten die Temperatur auf 180 Grad reduzieren.

© 2026 TIME2TRI GmbH