Bananenbrot mit Blaubeeren und Chiasamen

Zutaten

- 4 reife, große Bananen
- 2 Eier
- 100g gemahlene Mandeln
- 200g Dinkelvollkornmehl
- 150g Naturjoghurt
- 3 EL Honig
- 1 EL Zimt
- 2 EL Chiasamen
- 1 Päckchen Backpulver
- 100g Blaubeeren (frisch, TK geht aber notfalls auch)
- 1 Handvoll Walnüsse



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

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Die Eier in einer Schüssel schaumig schlagen. Die Bananen mit einer Gabel "zermatschen" und zusammen mit den Mandeln, dem Mehl, Backpulver, Joghurt, Honig, Zimt und 1 EL Chiasamen verquirlen.

© 2026 TIME2TRI GmbH