



Saftiges Bananenbrot mit Walnüssen

Zutaten für ein saftiges Bananenbrot

100 g Walnusskerne

75 g Zucker

120 g Butter

3 sehr reife Bananen

2 Eier

200 g Mehl

1 Teelöffel Backpulver

2 Teelöffel gemahlener Zimt

1 Prise(n) Salz

50 g optional: Kakaonibs oder Schokodrops

20 g gefriergetrocknete Banane

Zubereitungszeit: 30 min

Kochzeit: 1 h

Gesamtzeit: 1 h 30 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 12 Scheiben

Kalorien p.P.: 260 kcal

Walnüsse vorbereiten

1. Walnüsse in einer Pfanne ohne Zugabe von Öl anrösten.
2. Anschließend die Walnüsse grob hacken und abkühlen lassen.

Den Teig zubereiten

1. Butter und Zucker cremig schlagen.
2. Bananen in einer separaten Schüssel zu einem Mus zerdrücken.
3. Zermatschte Banane und Eier mit der Butter-Zucker-Mischung vermengen.
4. Mehl, Backpulver, Salz und Zimt kurz verrühren.
5. Die trockenen Zutaten zu den restlichen Zutaten geben und kurz einrühren, bis keine Mehlinselfen geben und kurz einrühren, bis keine Mehlinselfen

mehr zu sehen sind und sich ein gleichmäßiger Kuchenteig bildet.

6. Mit einem Löffel die gehackten Walnüsse und optional Kakaonibs oder Schokodrops einrühren.

Das Bananenbrot backen

1. Eine längliche Kastenform mit Backpapier auskleiden.
2. Den Teig in die vorbereitete Backform geben und glatt streichen.
3. Zuletzt den Teig mit gefriergetrockneten Bananenscheiben toppen.
4. Den Kuchen in den vorgeheizten Backofen (180 Grad Ober-/Unterhitze) geben und für 60 Minuten backen. Dabei ein Auge auf die gefriergetrockneten Bananenscheiben halten. Wenn nötig nach etwa der Hälfte der Backzeit das Bananenbrot mit etwas

Alufolie bedecken, damit das Bananen-Topping nicht zu dunkel wird.

5. Nach Ende der Backzeit mit einem Holzstäbchen testen, ob der Kuchen durchgebacken ist.
6. Das Bananenbrot in der Backform etwa 10 Minuten ruhen lassen, bevor es rausgeholt wird. Es kann bereits frisch aus dem Ofen serviert werden. So ist es besonders lecker und wohltuend. Aber auch vollständig abgekühlt bleibt es ein saftiger Genuss!

Tipps und Anregungen

- So wird das Bananenbrot besonders saftig: Das Geheimnis liegt in den Bananen selbst. Je reifer, desto besser. Bananen mit braunen Flecken oder komplett brauner Schale enthalten mehr natürliche Süße und Feuchtigkeit als frische, gelbe Bananen. Sie geben dem Teig mehr Aroma und sorgen dafür, dass das Bananenbrot beim Backen nicht austrocknet. Wer also überreife Bananen zu Hause hat, sollte sie keinesfalls wegwerfen. Sie sind die perfekte Basis für ein besonders saftiges Bananenbrot mit intensivem Bananengeschmack.

- Den Kuchen einfach vegan backen: Damit das Bananenbrot vegan wird, kann statt zwei Eiern einfach eine weitere Banane in den Teig gegeben werden!
- Lieblingszutaten für das Bananenbrot wählen: Wir empfehlen, das Bananenbrot mit Walnüssen und Schokodrops zu backen. Statt Walnüssen eignen sich ebenfalls Pekanüsse oder Haselnüsse. Wer weniger Zucker mag, kann Kakaonibs verwenden. Sie bleiben beim Backen sogar formstabil und geben eine intensivere Kakao-Note. Ebenfalls eignen sich Rosinen oder anderes Trockenobst als süßer Zusatz im Bananenbrot.
- Mit Gewürzen experimentieren: In unserem Rezept haben wir uns ganz klassisch für Zimt entschieden. In unserem Sortiment verfügen wir jedoch über viele weitere geeignete Gewürzmischungen: [Honigkuchen-Gewürz](#), [Lebkuchen-Gewürz](#), [Spekulatius-Gewürz](#) oder [Pumpkin Spice - Kürbiskuchengewürz](#) passen perfekt in ein nussiges Bananenbrot!