

Banánový chlebíček



0.0

634 hodnocení



Pečení



20 min

Budete potřebovat

| | |
|-----------------------------|------------|
| Zralé banány | 3x |
| Med | 110 g |
| Kokosový olej | 75 g |
| Vejce | 2x |
| Hamánek hruška s rakytníkem | 50 g |
| Plnotučné mléko | 60 ml |
| Himalájská sůl | 1/3 lžičky |

| | |
|--------------|----------|
| Skořice | ½ lžičky |
| Hladká mouka | 130 g |
| Jedlá soda | 1 lžička |
| Mleté oříšky | 100 g |

Postup přípravy receptu

Dva banány si rozmačkáme vidličkou a dáme do mísy. V malém rendlíku si rozejdeme (při nízké teplotě) kokosový olej s medem a přidáme ho společně s vejci k banánům a promícháme. K těstu přidáme Hamánka, mléko, sůl a skořici.

V misce si smícháme hladkou mouku, jedlou sodu a mleté oříšky a postupně zapracujeme do těsta.

Formu na chlebiček vymažeme trochou kokosového oleje a nalijeme do ní těsto. Zbýlý banán oloupeme a rozkrojíme napůl. Obě půlky dáme na těsto řezem nahoru. Pečeme na 170 stupňů 45 - 50 minut.