

Banánový chlebíček



0.0

635 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.