



Рецепти

Банановий хліб



3.0

130 оцінки



Випічка



20 мін

Вам знадобиться

Стиглі банани	3x
Мед	110 г
Кокосове масло	75 г
Яйця	2x
Гаманек груша з обліпихою	50 г
незбиране молоко	60 мл
гімалайська сіль	1/3 чайної ложки

кориця	½ чайної ложки
борошно гладке	130 г
харчова сода	1 чайна ложка
мелені горіхи	100 г

Процедура підготовки рецепта

Розімніть виделкою два банани і покладіть в миску. У невеликій каструлі нагрійте (при низькій температурі) кокосове масло з медом і додайте його разом з яйцями до бананів і перемішайте. Додайте в тісто Гаманек, молоко, сіль і корицю. У мисці змішайте звичайне борошно, соду і мелені горіхи і поступово працюйте в тісті. Протріть форму для хлібу з невеликою кількістю кокосової олії і вилийте в неї тісто. Очистіть банан, що залишився, і розріжте навпіл. Покладіть обидві половинки на тісто, розрізавши їх вгору. Випікайте при 170 градусах 45-50 хвилин.