



Kürbis-Bananenbrot

Zutaten

2 Stück(e) Bananen, reif

350 g Kürbispüree

70 g Kokosöl, flüssig

90 g Dattelsirup

125 ml Mandeldrink

60 g Dinkelmehl

130 g Bananenmehl

115 g gemahlene Mandeln

40 g Chiasamen

1 Prise(n) Salz

2 Teelöffel Backpulver

0.5 Teelöffel Zimt

0.5 Teelöffel Muskat

50 g vegane Zartbitterschokolade

Teelöffel Chufella

Kochzeit: 2 h

Gesamtzeit: 2 h

Portionen: 1

Zubereitung

1.

Zerdrücke die Bananen in einer Schüssel. Gib das Kürbispüree, das flüssige Kokosöl, den Mandeldrink sowie den Dattelsirup hinzu. Vermenge alles gründlich zu einer homogenen Masse, füge die Chiasamen hinzu und lass alles für 10 Minuten quellen.

2.

Heize deinen Backofen auf 180 °C Ober- / Unterhitze vor und lege eine Kastenform mit Backpapier aus. So kannst du dein Kürbis-Bananenbrot später leichter aus der Form nehmen.

3.

Hebe nun die trockenen Zutaten, also Dinkelmehl, Bananenmehl, die gemahlenen Mandeln, das Backpulver sowie die Gewürze unter die feuchten Zutaten und vermenge alles gründlich miteinander, bis du einen cremigen Teig hast.

4.

Fülle den Teig in die vorbereitete Kastenform und backe dein Kürbis-Bananenbrot auf mittlerer Schiene für 50-55 Minuten. Lass es für etwa eine Stunde auskühlen, bevor du es glasierst.

5.

Hacke die Schokolade klein und schmilz sie mit einem Teelöffel Chufella und, wenn du magst, einem Teelöffel Kokosöl auf

niedriger Hitze, bis du eine flüssige Glasur hast.

6.

Glasiere dein Kürbis-Bananenbrot mit deiner Chufella-Schoko-Glasur. Wenn du möchtest, kannst du noch ein paar gemahlene Mandeln zur Dekoration über die Glasur streuen.

Auskühlen lassen und genießen!