

Hermi's Banenbrot



1 Waage oder Messbecher
1 Messer
1 Löffel
1 Gabel
1 mittelgroße Schüssel
1 große Schüssel
1 Schneebesen oder Handmixer
1 Kastenform oder kleine
Auflaufform

3 reife Bananen
80 ml neutrales Öl
100 g braunen Zucker
1 Pck. Vanillezucker
2 Eier
200 g Mehl
1 Pck. Backpulver
2 EL Zimt
Weitere Zutaten nach Geschmack
(z.B. Vanilleschote, Nüsse..)



Wusstet ihr...

... dass Bananenbrot kein Brot ist, so wie man es kennt? Es ist eher ein Kuchen, wird aber trotzdem Brot genannt.

Wir fangen an!

Zuerst waschen alle ihre Hände mit Seife.

1) Vorbereitungen

Die Zutaten misst ihr entweder mit einer Waage oder einem Messbecher ab. Nehmt dazu am besten die mittelgroße Schüssel und stellt sie auf die Waage. Achtet darauf, dass sie auf 0 steht bevor ihr Zutaten in die Schüssel tut. Wiegt die Zutaten ab, sobald sie hier in der Anleitung erwähnt werden.

Tipp: Weil Öl flüssig ist, wird es nicht wie die anderen Zutaten in Gramm (g) abgemessen, sondern in Milliliter (ml). Nehmt dafür einen Messbecher!

Heizt den Backofen auf 180 Grad Umluft (das Zeichen sieht aus wie ein Propeller) vor.



Damit das Bananenbrot später nicht an der Form klebt, wird sie mit etwas Öl an allen Innenseiten eingestrichen.

Das geht besonders gut mit einem Küchenpinsel, mit einem Küchenpapier geht es aber auch.

Tipp: Man kann auch geschmolzene Butter oder etwas Margarine zum Einfetten nehmen!

2) Die Bananen

Wenn Obst reifer wird, vermehrt sich auch der Fruchtzucker darin und es wird süßer. Ein Bananenbrot mit besonders braunen Bananen schmeckt also besonders süß und lecker!



Zuerst werden die Bananen mit einer Gabel schön matschig gedrückt. Je brauner sie sind, desto einfacher geht das.

Tipp: Habt ihr keine braunen Bananen? Legt sie einfach neben ein paar Äpfel, dann werden sie schneller braun (2-3 Tage).

3) Mixen von Öl, Ei und Zucker

Als nächstes wird das Öl abgemessen und der braune Zucker gewogen. Das kommt dann mit den beiden Eiern zusammen in die große Schüssel.





Das Ganze wird nun mit einem elektrischen Handrührgerät oder einem Schneebesen so lange gerührt, bis alles gleichmäßig verrührt ist.

Tipp: Stellt das Handrührgerät zunächst auf die kleinste Stufe, dann spritzt es nicht zu sehr.

4) Mischen von Mehl, Backpulver und Gewürzen

Im nächsten Schritt vermischt ihr das Mehl mit dem Backpulver, dem Vanillezucker und dem Zimt. Je nach Geschmack könnt ihr weitere Geschmäcker hinzufügen – Bananenbrot lässt sich super variieren! Ideen dafür sind z.B. das Innere einer Vanilleschote, ein paar Nelken oder etwas geriebener Ingwer.



5) Teig zusammenrühren

Jetzt wird der Teig zusammengerührt. Dazu wird das Mehlgemisch nach und nach in die Öl-Ei-Zucker Maße eingerührt. Das geht wieder am besten mit einem elektrischen Handrührgerät oder Schneebesen.



Sobald eine gleichmäßige, cremige Maße entstanden ist, ist das Rühren genug! Jetzt fehlen nur noch die gematschten Bananen.

Die Bananen werden mit einem Löffel oder Teigschaber unter den Teig gemischt. Mischt auch hier so lange, bis alles gleichmäßig verteilt ist. Dann wird der Teig in die Form gegeben.



Jetzt dürft ihr nochmal kreativ werden! Auf das Bananenbrot können z.B. Mandeln, Hasel- oder Walnüsse verteilt werden, auch kleingeschnittene Bananen passen super.

Das Bananenbrot wird jetzt 45-50 Minuten im vorgeheizten Backofen gebacken.

Wenn das Brot schön braun und knusprig ist, ist es fertig!



Guten Appetit und bis zum nächsten leckeren Rezept!

Euer Hermi!



Einkaufsliste für's nächste Kochen mit Hermi

Damit ihr nicht jeden Tag einkaufen müsst, verrate ich euch schon, was wir für das nächste Rezept an Zutaten benötigen:

Selbstgemachter Frischkäse

1 l frische Milch mit 3,5% oder mehr Fett

1 Zitrone

Etwas Salz