



Banana bread fără zahăr

Pași: 6

Difficulty Grad:

Ingrediente

Portions

4	banane bine coapte	3	ouă
150 ml	chefir (sau iaurt de băut)	50 g	unt topit
250 g	făină	2 lingurițe	bicarbonat

Mod de preparare

Ai câteva banane coapte, care se innegresc în coșul de fructe? Iată ce ai putea să faci cu ele: un desert savuros și sănătos, asemănător cu un chec clasic la exterior și cu un carrot cake la interior.

Pasul 1. Încălzește cuptorul la 180°C.

Pasul 2. Pasează bananele, adaugă ouăle, chefirul, untul topit și amestecă.

Pasul 3. Amestecă apoi făina cu bicarbonatul.

Pasul 4. Adaugă făina și încorporează-o în aluat.

Pasul 5. Apoi adaugă și nucile tocate.

Pasul 6. Toarnă aluatul într-o tavă de chec, cu hârtie de copt, și lasă la cuptor timp de 45-50 de minute.

Lasă prăjitura banana bread fără zahăr să se răcească și savurează-o alături de cei dragi.

Autor: Teo Dinescu

Mai multe rețete de la acest autor

Vezi mai multe rețete și sfaturi utile din această categorie:

Banana bread fără zahăr

Stand 31.08.2023