Bananbrød fra Malawi (Nthochi)

Ingredienser



125 g smør
230 g sukker
1 stort egg
5 modne bananer
2 1/4 dl melk
1 ts bakepulver
1 ts muskat
4,5 dl hvetemel

Fremgangsmåte

Pisk mykt smør, sukker og egget til luftig smørkrem. Mos bananene (dette gjøres raskt med stavmikser, men du kan også bruke gaffel). Bland bananmosen godt inn i smørkremen. Sikt mel sammen med bakepulver og muskat. Rør det tørre inn i deigen vekselsvis med melken så du får en klumpfri kakerøre.

Ha deigen i en smurt brødform (1,5 liter) med bakepapir i bunnen (se tips).

Stek kaken midt i ovnen ved 180°C i ca 50-60 min, eller til den er gjennomstekt (sjekk med kakenål) og gylden.

Tips

Den nydelige kakeformen som du ser på bildet er laget av papp og er kjøpt hos Åhlens. Her er noen tips dersom du vil også vil bruke en slik form: For det første, formen rommer bare omtrent halvparten av deigen, så du må bruke to former til denne kakeporsjonen. Jeg fant dessuten ut at det kan være lurt å sette pappformen

inni en brødform som rommer 1 liter for at pappformen skal holde fasongen helt fint.

Banankaken er fin å fryse!

- -

"Food is to culture as sprituality is to religion. Food is the heart and soul of any culture and Africa is full of it. I invite you to continue to partake of all she (Africa) has to offer!"

(Tekst hentet fra oppskriftssiden www.afrofoodtv.com.)

- -

Kanskje du vil bli fadder for et lite barn fra Malawi? Det koster ikke mye. Se www.sos-barnebyer.no for nærmere informasjon.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/bananbrod-fra-malawi-nthochi