Cooking Light - Banana Bread

Ingredienser



4 store, modne bananer
60 ml flytende honning
60 ml matolje
1/4 ts salt
150 g brunt sukker
1 ts bakepulver
1 ts natron
4,5 dl hvetemel
50 g pecannøtter

Fremgangsmåte

Mos bananene (gjøres raskt med stavmikser eller food processor). Bland med honning, olje, salt og brunt sukker. Rør så i bakepulver, natron og hvetemelet. Til slutt fint hakkede pecannøtter.

Ha deigen i en brødform (1,5 liter) sprayet med formfett og med bakepapir i bunnen. Stek kaken nederst i ovnen ved 175°C i ca 55-60 min, til den er gjennomstekt.

Tips

Det skal være 4 dl bananmos i oppskriften, og det pleier å være passe med 4 store bananer. Bruk helst godt modne bananer, det gir absolutt best smak på kaken!

Husk å bruke matolje med nøytral smak, for eksempel solsikkeolje eller rapsolje. Ikke bruk soyaolje eller olivenolje.

Kaken holder seg myk i flere dager om den pakkes inn i plast, og er også fin å fryse!

Kaken er merket vegansk, men husk at ikke alle veganere spiser honning. Som et alternativ kan man da bruke samme mengde lønnesirup.

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

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/cooking-light-banana-bread