

## Rezept

# Bananen-Kokos-Kuchen mit Buttermilch und Rum

Ein Rezept von Bananen-Kokos-Kuchen mit Buttermilch und Rum, am 29.09.2023

## Zutaten

<b>110 g</b> weiche Butter	<b>80 g</b> Kokosblütenzucker
<b>2</b> Eier	<b>240 ml</b> Buttermilch
<b>1/2</b> Vanilleschote	<b>2 EL</b> brauner Rum nach Belieben
<b>100 g</b> Kokosraspel	<b>170 g</b> Dinkelmehl (Type 630; alternativ Weizenmehl Type 550)
<b>1 Prise</b> Salz	<b>1 geh. TL</b> Weinsteinbackpulver
<b>1/4 TL</b> Natron	<b>2</b> reife Bananen

### Außerdem:

etwas weiche Butter für die Form

etwas Mehl für die Form

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Kastenform von 25 cm Länge (12 Stücke) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min  
Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 245 kcal, 15 g F, 5 g EW, 23 g KH

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Butter mit dem Zucker cremig rühren. Die Eier mit der Buttermilch unterrühren und noch 5 Min. weiter schlagen. Die halbe Vanilleschote längs halbieren und mit dem Messer- rücken das Mark herauskratzen. Vanillemark und Rum nach Belieben zu der Eier-Buttermilch geben. Von den Kokosraspeln 2 EL für die Dekoration abnehmen und beiseite stellen. Die übrigen Kokosraspel mit Mehl, Salz, Backpulver und Natron mischen und unter die Eier-Buttermilch mengen.
2. Die Bananen schälen, mit einer Gabel grob zerdrücken und unter den Teig heben. Die Kuchenform mit weicher Butter ausstreichen und dünn mit Mehl bestäuben. Den Teig einfüllen und die Oberfläche glatt streichen. Im Backofen (Mitte) in ca. 45 Min. backen. Dann mit einem Holzstäbchen die Stäbchenprobe machen: Beim Herausziehen darf kein Teig mehr daran kleben.
3. Den Backofen ausschalten und den Kuchen noch 10 Min. nachbacken lassen. Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und 15 Min. abkühlen lassen, dann mit einem Messer vom Rand lösen und vorsichtig auf ein Kuchengitter setzen. Mit den restlichen Kokosraspeln bestreuen und auskühlen lassen.