

Rezept

Bananen-Zimt-Bauchschmeichler

Ein Rezept von Bananen-Zimt-Bauchschmeichler, am 13.05.2025

Zutaten

1 Banane	40 g Haferschmelzfl ocken
1/2 l Vanille-Haferdrink plus Calcium Zimtpulver zum Bestäuben	1/4 Vanilleschote (Mark)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 235 kcal

Zubereitung

1. Banane schälen und grob zerkleinern, mit Flocken in einen hohen Rührbecher geben. Vanille-Haferdrink zugießen, Vanillemark dazugeben. Alles mit dem Stabmixer fein pürieren, in zwei hohe Gläser füllen und mit Zimt bestäubt servieren.