

Rezept

Bananenbrot mit Walnüssen und Ahornsirup

Ein Rezept von Bananenbrot mit Walnüssen und Ahornsirup, am 20.06.2026

Zutaten

FÜR DEN KUCHEN:

3	sehr reife Bananen	360 g	Mehl
1,5 TL	Natron	1/2 TL	Salz
2 TL	Zimtpulver	175 g	brauner Zucker
2 TL	Vanillezucker	225 ml	Sonnenblumenöl
3	Eier	150 g	Joghurt (3,5 % Fett)
100 g	grob gehackte Walnuskerne	75 g	Ahornsirup
	Butter und Mehl für die Form		

FÜR DIE DEKORATION:

150 g	gehackte Vollmilch-Kuvertüre	einige	Bananenchips
-------	------------------------------	--------	--------------

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Kasten- oder Brotbackform, 30 cm Länge | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min
Dauer: mehr als 90 min

Zubereitung

1. Den Backofen auf 170° (Umluft; hier empfehlenswert) vorheizen. Die Backform einfetten und mit Mehl bestäuben. Die Bananen schälen und pürieren. Das Mehl mit Natron, Salz und Zimt in eine Schüssel sieben. Zucker, Vanillezucker, Öl und Eier in einer großen Schüssel mit dem Schneebesen schaumig rühren. Bananenpüree und Joghurt dazugeben, dann die Mehlmischung unterheben und die Nüsse hinzufügen.
2. Die Masse in die Backform füllen und den Kuchen im Backofen (Mitte) ca. 30 Min. backen. Dann den Ofen auf 145° herunterschalten und das Bananenbrot noch ca. 30 Min. backen. Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und noch warm mit dem Zahnstocher mehrmals oben einstechen. Den Ahornsirup vorsichtig darübergießen und mit dem Backpinsel gleichmäßig auf der Oberseite verteilen, dann den Kuchen 2 – 3 Std. abkühlen lassen.
3. Für die Dekoration die Kuvertüre über dem heißen Wasserbad temperieren (siehe Rezept-Tipp). Den abgekühlten Kuchen damit bestreichen und mit Bananenchips dekorieren.