

## Rezept

# Buttermilch-Bananen-Brot

Ein Rezept von Buttermilch-Bananen-Brot, am 19.12.2025

## Zutaten

**1** sehr reife Banane  
**150 g** Bananenchips  
**200 ml** Wasser  
**10 g** Salz (ca. 2 TL)  
Backpapier für das Blech

**200 g** Buttermilch  
**10 g** Hefe (ca. 1/4 Würfel)  
**500 g** Weizenmehl (Type 550)  
Mehl zum Arbeiten

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Brote (à 550 g) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min

## Zubereitung

1. Die Banane schälen und in grobe Stücke schneiden. Zusammen mit der Buttermilch pürieren. Die Bananenchips in einen Gefrierbeutel füllen und mit dem Nudelholz grob zerbröseln.
2. Für den Teig die Hefe in einer Schüssel mit dem lauwarmen Wasser und der Bananenmilch mischen. Mehl und Salz zufügen und gut unterarbeiten. Den Teig 8 Min. in der Küchenmaschine (2 Min. auf langsamer, 6 Min. auf schneller Stufe) oder mit der Hand kneten. Am Schluss die Bananenchips zugeben.
3. Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und abgedeckt 20-30 Min. gehen lassen. Dabei zwischendurch zwei- bis dreimal zusammenfalten oder rund wirken.
4. Den Teig halbieren und zwei längliche Laibe formen. Mit der bemehlten Unterseite nach oben auf ein Blech mit Backpapier legen und erneut abgedeckt 25 Min. gehen lassen.
5. Inzwischen den Backofen auf 230° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert), dabei ein mit Wasser benetztes Blech mit erhitzen. Sobald die Temperatur erreicht ist, das Blech herausnehmen. Die Laibe in den heißen Ofen (Mitte) schieben und die Temperatur auf 210° herunterregeln. Die Brote in ca. 35 Min. goldbraun backen.