

Rezept

Saftig-Süßes Banana Bread

Ein Rezept von Saftig-Süßes Banana Bread, am 11.06.2026

Zutaten

150 g Zartbitterschokolade	100 g Walnusskerne
100 g gemahlene Haselnüsse	200 g Mehl
1/2 TL Natron	1 1/2 TL Zimtpulver
2 Prisen Salz	4 vollreife Bananen (geschält ca. 400 g)
1 Vanilleschote	100 g Rohrzucker
2 Eier (Größe M)	100 g Crème fraîche
75 ml Sonnenblumenöl	Butter und Mehl für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 1 KASTENFORM (20 CM LÄNGE, 12 STÜCKE) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min
Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 395 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Kastenform mit gut Butter einfetten und mit Mehl ausstreuen. Die Schokolade und die Walnusskerne grob hacken. Mit den Haselnüssen, dem Mehl, dem Natron, dem Zimt und Salz vermischen. Die Bananen schälen und mit einer Gabel möglichst fein zerdrücken.
2. Die Vanilleschote längs aufschlitzen und das Mark mit dem Messerrücken herauskratzen. Das Vanillemark mit dem Rohrzucker, den Eiern und Crème fraîche mit einem Schneebesen kräftig verquirlen. Das Sonnenblumenöl und die Bananen unterrühren.
3. Die Eier-Bananen-Masse zur Mehlmischung geben und nur so lange unterrühren, bis die Zutaten gerade eben miteinander vermengt sind. Den Teig in die Form füllen und gleichmäßig glatt streichen. Im heißen Ofen (2. Schiene von unten) ca. 1 Std. backen.
4. Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und 15 Min. in der Form abkühlen lassen. Dann mit einem Messer vorsichtig vom Formrand lösen, aus der Form stürzen, auf einem Kuchengitter kurz abkühlen oder ganz auskühlen lassen. Banana Bread lauwarm oder kalt servieren.