

## Bananenbrot ohne Ei und Milch – vegan

VORBEREITEN

10  
Min.

ZUBEREITEN

50  
Min.

NIVEAU



Datteln und Schokolade auf. So habe ich im Handumdrehen ein süßes Meal Prep Frühstück für die nächsten Tage.

### Zutaten für 1 Bananenbrot

#### Für das Bananenbrot

4 große, reife Bananen  
100 ml Sonnenblumenöl  
120 ml Hafermilch  
250 g Weizenvollkorn- oder Dinkelmehl  
100 g gemahlene Mandeln  
2 Teelöffel Backpulver  
80 g Datteln  
1 Prise(n) Salz  
1 Msp. Vanillemark  
80 g vegane Schokolade  
optional: Margarine und Semmelbrösel für die Form

#### Besonderes Zubehör

Kastenform (ca. 25 cm)

Das perfekte Rezept für **veganes Bananenbrot ohne Ei** ist eine Wissenschaft für sich. Natürlich behauptet jeder von sich, dass sein Geheimrezept das Beste ist. Das **Grundrezept**, das ich euch hier vorstellen möchte, hat für mich einen entscheidenden Vorteil: Es funktioniert mit **wenig Zutaten**, die ich normalerweise immer im Haus habe. Wenn die dunkel gewordenen Bananen mal wieder weg müssen, peppe ich den Teig zusätzlich gerne mit