

# HIMBEER BANANENBROT

## Zutaten

- 100g weiches Kokosöl
- 5 EL Honig
- 3 Eier
- 170g Mandelmehl
- 50g Kokosraspeln
- 60g Chia-Samen
- 3TL Backpulver
- 2 Bananen
- 2 EL Apfelmus
- 100g Himbeeren
- Salz



**FOTO  
FOLGT**

## Zubereitung

Die Eier, das Kokosöl und den Honig cremig schlagen. Das Mandelmehl, Kokosraspeln, Chia-Samen, Backpulver und Salz hinzugeben. Die zwei Bananen in einer zweiten Schüssel kleinschneiden und mit dem Apfelmus zusammen pürieren, anschließend zum restlichen Teiggeben. Die Himbeeren vorsichtig unterheben.

Eine Kasten-Backform einfetten oder mit Backpapier auslegen, den fertigen Teig umfüllen. Das Brot ca. 70 Minuten bei 170° Grad backen. Nach 50 Minuten Backzeit mit Alufolie abdecken.

### Tipp:

Das Brot abkühlen lassen und lauwarm genießen. Kombiniere dies zu deinem Frühstücksaufstrichen.