

## Karotten-Bananenbrot mit Walnüssen

### Zutaten:

180g Dinkelmehl 630  
100g Vollkorn-Dinkelmehl  
2 TL Backpulver ½ TL Natron  
1 Prise Salz  
2 TL Zimt  
75g Zucker oder Zuckeralternative nach Wahl  
115ml Pflanzenmilch  
52g Kokosöl geschmolzen  
2 gr. Bananen (sehr reif)  
125g Karotten  
50g gehackte Walnüsse



### Zubereitung:

- Ofen auf 175°C O-/U-Hitze vorheizen
- Mehl, Backpulver, Natron, Salz und Zimt mischen
- Zucker/Erythrit, Milch und Kokosöl gut verrühren
- Bananen pürieren, Karotten fein reiben, Nüsse grob hacken
- trockene und feuchte Zutaten mischen, Bananen unterrühren, zuletzt die Karotten
- Walnüsse unterheben
- Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Form (ca. 30x11cm) geben, glatt streichen und mit ein paar gehackten Walnüssen bestreuen
- ca. 50min backen (Stäbchenprobe)