

# BananenschalenBrot



3 Bio-Bananen mit Schalen (ohne Enden)  
4 EL Wasser  
200g Mehl  
70g zarte Haferflocken  
50g Zucker  
2TL Backpulver  
1 EL Leinsamen  
1 Prise Zimt  
1 Prise Salz  
4 EL Pflanzenmilch  
50g Vegane Butter/ Margarine oder Kokosöl  
50g Zartbitter-Schokolade

Inspiziert durch: [oekomarkt-hamburg.de](http://oekomarkt-hamburg.de)

1. Bananen gut waschen und dann schälen. Die Banane selbst mit einer Gabel zerquetschen. Die Schale in einem Mixer mit 3 EL Wasser pürieren. Das Püree kann durch die Schale relativ braun werden, das ist normal.
2. Die trockenen Zutaten Mehl, Haferflocken, Zucker, Backpulver, Leinsamen, Zimt und Salz in einer großen Schüssel vermischen.
3. Die nassen Zutaten Pflanzenmilch, vegane Butter/Kokosöl und Bananenpüree dazugeben und alles mit einem Handrührgerät oder einfach per Hand mit einem Löffel verquirlen.
4. Die Zartbitter-Schokolade mit einem Küchenmesser grob hacken oder fertige Zartbitter-Schokodrops mit einem Löffel unter den Teig heben. Die Walnusskerne in die gewünschte Größe zerbrechen und ebenfalls unterheben.
5. Den Teig in eine eingefettete Kastenform geben und bei 180°C für 30-40 Minuten backen.