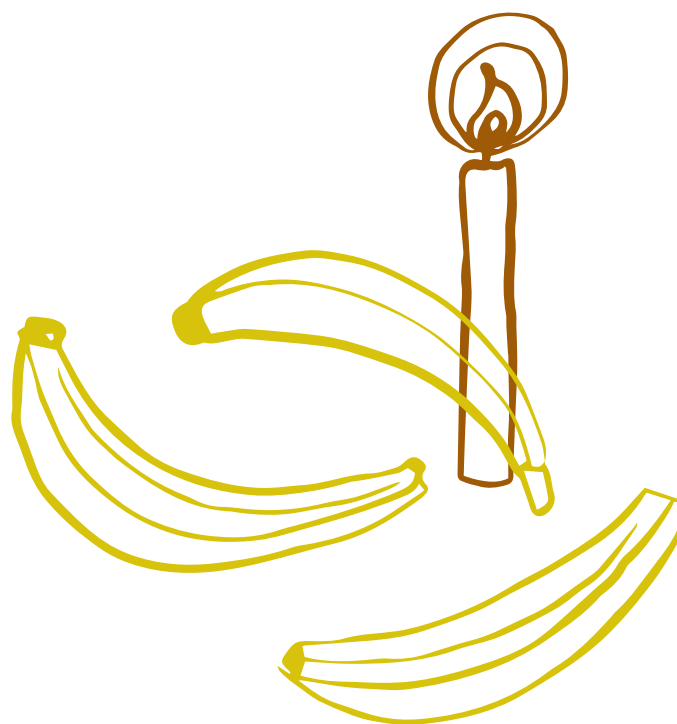


## *Juligt* BANANBRÖD

Bananbröd plus julkryddor – vad blir det? Ett juligt bananbröd som påminner litegrann om mjuk pepparkaka förstås! Detta juliga bananbröd är dessutom fritt från gluten, laktos och raffinerat socker. Perfekt till fika eller mellanmål.

### INGREDIENSER

3 mogna bananer  
3 ägg  
3 dl mandelmjöl  
1 dl bovetemjöl  
2 tsk bakpulver  
2 tsk kanel  
1,5 tsk malen ingefära  
1,5 tsk malen kryddnejlika  
1 tsk kardemummakärnor, mortlade  
Ev. kokosflingor och kokosolja till ugnform



Gör så här:

1. Sätt ugnen på 175 grader (eller 160 grader för varmluftsugn).
2. Mortla kardemummakärnorna. Blanda därefter alla torra ingredienser i en skål.
3. Vispa äggen tills du har en fluffig smet. Blanda i de torra ingredienserna.
4. Mosa bananerna grovt och blanda i dem i smeten.
5. Lägg ett bakplåtspapper i en ugnsfast form (cirka 25 cm lång och 10 cm bred). Alternativt smörj formen med kokosolja och bröa med ett jämt lager av kokosflingor.
6. Häll i smeten i formen, garnera gärna med skivor av  $\frac{1}{2}$  banan.
7. Grädda i mitten av ugnen i cirka 35–40 minuter.

*TIPS: Välj gärna ekologiska ingredienser till hela receptet.*