

Schoko-Bananenbrot

(ergibt ca. 10 Stück)



Zutaten:

- 2 Banane
- 100ml Milch
- 1 Ei
- 30g Protein Pulver
- 120g Mehl
- 1 TL Backpulver
- Schokoladenwürfeln (*Zartbitter)

Zubereitung:

Die Bananen mit einer Gabel zerdrücken und die restlichen Zutaten beimischen. Die Schokoladenwürfeln untermischen und die Masse in eine Kastenform füllen. Den Backofen auf 180°C Umluft und für ca. 40min backen.

abkühlen und genießen.

Nährwerte: (pro Stück)

- 83kcal
- 5g Protein
- 13g Kohlenhydrate
- 1g Fett