

Saftig bananbrød

Dette innlegget ble slettet ved en feiltagelse, så derfor blir det lagt ut på nytt. Flaks at jeg hadde en kladd!



Noen dager må man unne seg litt ekstra. Du vet. De morgenene man står opp og febrilsk forsøker å vaske bort maskaraen, bare for å oppdage at fargen skyldes blå ringer under øynene. Når rotet truer med å beleire leiligheten kun utfordret av det ruvende tårnet med skittentøy som når som helst kan forandre seg til en sokkesprutende vulkan. Forleden hadde jeg en slik dag. Forunderlig nok var jeg så heldig å få en ledig time til min disposisjon. Jeg sto ved et veiskille. Skulle jeg ta opp vaskevåpnene og gå til kamp? ELLER skulle jeg gå på kafé og lese juleblad? Jeg valgte det siste. Og for virkelig redde resten av dagen bakte jeg bananbrød til kveldsmat. Månen til smakfull trøstemat! Og rotet? Du skal nok se det blir ryddig til jul. ☐

Bananbrød, baby!

(ett brød)

2 1/2 dl moste modne bananer, ca to middels store bananer

1 ts natron

200 g sukker

125 g mykt smør

2 egg

200 g siktet hvetemel eller speltmel

50 g kefir eller skummet kulturmilk

hakke valnøtter til å strø over toppen

Sett ovnen på 160 grader. Ha bakepapir i en brødform. Mos bananene med en gaffel og tilsett natron. Rør godt og la stå mens du lager røren. Bland raskt sammen smør og sukker med en elektrisk visp (eller for hånd om du vil forbrenne noen kalorier). Det skal ikke piskes lenge. Ha i eggene og bland dem godt inn. Tilsett mel, banan og kefir vekselvis og i flere omganger. Du kan gjerne røre inn valnøtter til slutt, men her i huset er det upopulært hos unga. Derfor har jeg det kun på toppen, slik at de enkelt kan fjernes. ☐ Hell røren i brødformen og strø over nøtter. Stek midt i ovnen i 50-60 minutter. Stikk kaken med en trepinne (type grillspyd) etter 50 minutter. Hvis pinnen kommer ut tørr, er kaken ferdig. Avkjøl bananbrød i formen på en rist i 15 minutter. Løft forsiktig ut av formen og la avkjøle videre på risten. Spis lun i tykke skiver. Smaker nydelig som den er, men hakket bedre med vaniljesaus. Hallo? Nesten alt blir jo bedre med vaniljesaus! ☐



