

Saftig bananbrød med pære og lønnesirup



Vet du hva? Jeg synes det er så mye prat om alle de brune bananene folk ikke får spist opp. Og det er greit nok det, men det er faktisk en glemt frukt som modner minst like raskt. Og jeg føler meg kallet til å snakke dens sak! Pæra. Pærer er så vanvittig godt, men problemet er, etter min mening, at de bare er helt perfekte i ca 10 minutter eller der omkring. Først altforharde altforharde PERFEKT (skynd deg og spis!) og så, vips, så er de for myke og så er moroa over. Og hva gjør du da?! Feller en tåre, kanskje? Men det skal jeg si deg, det nytter ikke å gråte over uspist pære! Men å bake med pære, dét går helt fint. Bare stol på hu Bollefrua.

Du trenger:

(Et brød)

100 g smeltet smør, pluss litt ekstra for å smøre formen

3 modne bananer, skrelt og most med en gaffel

100 g sukker

2 modne (men ikke helt myke) pærer, skrelt og skåret i terninger

1 ss lønnesirup

1 ts vaniljeekstrakt

1 stort egg

150 g siktet hvetemel eller speltmel

0,5 ts natron

50 g valnøtter eller pekannøtter, hakket

Sett ovnen på 180 grader. Finn frem en brødform som rommer 1 liter og smør den med litt smeltet smør før du kler den med bakepapir (dette gjør at papiret fester seg bedre). NB. Lurt å la papiret stikke opp over kanten på formen, så er det lettere å løfte ut det ferdige brødet.

Ha most banan, sukker og smør i en bolle og rør det godt sammen. Rør inn egget, vaniljeekstrakt og lønnesirup. Ha bærebittene i en liten skål og tilsett 1 ss mel og rør til pærene er dekket med mel. Bland pærene i røren og tilsett så mel og natron som du rører inn. Vend tilslutt inn nøttene. Hell røren i formen og stek midt i ovnen i ca 65 minutter. MERK: Steketiden vil avhenge noe av hvor bred eller dyp formen din er. Stikk en trepinne (feks grillspyd) i kaken etter 45-50 minutter og sjekk om pinnen kommer ut ren for kakerøre. Når den gjør det er kaken/brødet ferdig. La avkjøle i formen på rist i 10 minutter før du forsiktig løfter brødet ut av formen (bruk papiret). La avkjøle på risten. Skjær lun i tynne skiver og server med ekstra lønnesirup. KOS DEG.

