

Bärenstark gekocht



Vegane Gruselkekse



Zutaten

- 150g Banane (ohne Schale)
- 200g Vollkornmehl
- 60g Kokosöl
(alternativ: Rapsöl)

Zubereitung

1. Die Banane mit dem Kokosöl pürieren
2. Das Vollkornmehl dazu geben und verrühren
3. Wenn der Teig zu klebrig ist, mit etwas Mehl bestäuben
4. Ca. 5mm ausrollen und Plätzchen ausstechen
5. Bei 160°C mit Ober- und Unterhitze ca. 15 min backen

Gutes Gelingen wünscht 40 SECONDS Kids
Gesundes Schulessen für Berlin

Eine Initiative von:



Mehr Rezepte unter:
www.40seconds.de/kids/rezpte
www.radioteddy.de/40seconds