

Ciasto bananowe

data aktualizacji: 2020.04.16 autor: Redakcja



Składniki:

- 3 banany(dojrzałe)
- 3 jajka
- 150g mąki ryżowej - 2 łyżeczki pdp(bg)
- 2 łyżeczki cynamonu (bg)
- 3 łyżeczki kakao (bg)
- 2 łyżki ksylitolu lub erytrytolu
- 2 duże jabłka

Przygotowanie:

W misce ubij białka z 3 jajek. Zblenduj 3 banany z żółtkami. Do masy bananowej dodaj mąkę, pdp, cynamon, kakao i słodzik, którego użyjesz. Wszystko wymieszaj, następnie dodaj białka i ponownie wymieszaj ale już bardzo delikatnie.

Blaszkę do tarty natłuść i obsyp mąką ryżową. Przelej masę. Pokrój jabłka na cienkie plasterki i ułóż je na wierzch, delikatnie dociskając w masę. Posyp cynamonem.

Włóż do rozgrzanego piekarnika i piecz 40 minut w temperaturze 180'C .

Poleca: [Agnieszka Dmitruk](#)

Źródło: <https://gotuj.eglos.pl/aktualnosci/item/35154-ciasto-bananowe>