Bananen Walnuss Zimtkuchen

Zubereitungszeit:
20 Minuten + Backzeit

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	92 kcal	Fett:	2,5 g
Eiweiß:	5,6 g	Davon gesättige Fettsäuren:	0,4 g
Kohlenhydrate:	11,2 g	ungesättige Fettsäuren:	2,1 g

Zutaten für 12 Portionen :

Für den Teig:

- 30 g kalifornische Walnüsse
- 2 kleine Bananen (zerstampft)
- 150 g Haferflocken (gemahlen)
- 50 g Veganes Proteinpulver „Banane-Zimt“
- 1/2 Päckchen Backpulver
- 10 g Flohsamenschalen oder Guakernmehl
- Etwas Zimt

Für die Glasur:

- Xucker Light (kalorienfrei), nach Bedarf

Zubereitung:

1. Den Ofen auf 160°C (Umluft: 140°C, Gas: Stufe 1-2) vorheizen und eine 25 cm-Kastenform, mit Öl ausgestrichen, bereitstellen.

2. Die Bananen mit einer Gabel fein zerstampfen, sodass keine großen Stückchen mehr vorhanden sind und die Walnüsse grob hacken und zur Seite stellen. Drei bis vier Walnusshälften als Topping aufheben.

3. Alle Zutaten, bis auf die Walnüsse unter die Masse heben und in die Kastenform geben. Mit den Walnusshälften garnieren und nochmals etwas Zimt drüber verteilen.

4. Für ca. 45 Minuten in den Ofen schieben und abdecken, sobald die Oberfläche hellbraun ist.

5. In der Zwischenzeit die zuckerfreie Glasur zubereiten, indem man "Xucker" und etwas Wasser zu einer dickflüssigen Glasur anrührt

6. Im halb geöffneten Ofen langsam abkühlen lassen und mit zuckerfreier Glasur genießen.

Das Rezept ist in Zusammenarbeit mit Carmine Stillitano von **IQskitchen** entstanden.