

Bananen Haferflocken Kekse

Hallo! die letzten Tage geblieben bin? Oh ich mich schon der Schokolade lust hingegen habe und es mich nicht laut sagen würde ich bin noch standhaft und hoffe, dass ich es bleiben nicht schwer auf Schokolade zu verzichten, total wundert, auch den Grund warum es hier momentan relativ ruhig ist und nur von unschönen Ostermärkten. Rezept stecken mitten in den Vorbereitungen und bald geht es schon los! Art zu stillen, habe meinen Süß-Hunger dennoch, kauft gesunde Art zu stillen, kauft nicht Bananen Haferflocken, kauft gesunde Art zu stillen, kauft nicht So schnell, das gesund und lecker habt Ihr noch nie Kekse gebacken.



Wie Ihr auf dem Bild seht, bestehen die Kekse lediglich aus Bananen, Haferflocken, Nüssen und getrockneten Marillen. Vorstellbar, dass die Kekse gesund sind, da kein Zucker und weizenweit gebacken. Durch die Bananen und Marillen sind sie genau passend süß.

Bananen Haferflocken Kekse

2 reife Bananen

100 g Haferflocken

50 g Nüsse

30 g getrocknete Marillen oder Rosinen

Die Bananen von der Schale befreien und mit einer Gabel zerdrücken. Haferflocken unterheben. Nüsse und getrocknete Marillen kleinschneiden und ebenfalls unterheben. Mit einem kleinen Löffel Kleckse auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Bei 180 °C zirka 15 Minuten backen. Am Blech auskühlen lassen.





Der Heißhunger auf Süßes ist mit diesen Keksen ganz bestimmt
befriedigt. Für Kinder ist es in der Tat eine tolle Alternative zu
Bananen ohne schlechtem Gewissen ein Keks zwischen durch.
Auch die Resteverwertung ist nicht außer Acht zu lassen.
Kleine Kinder mögen nämlich nur gelbe Bananen und keine
grünen. Ich habe gesagt, braunes Bananen süß wirklich als
Leckerbissen. Meist werden diese Bananen zu Bananennuggets
gemischt. Ich habe aber diese Keks-Milch gefunden. Habe ich für
mich eine Alternative zur Bananennuggets gefunden.



Wie schon oben geschrieben, stecken wir momentan mitten in der Vorbereitungszeit für den Ostermarkt und trotz der Hoffung, dass sich das Wetter noch aufheitert, haben wir uns entschieden, das Osterfest doch mehrmals zu feiern. Und schlafen muss ja zwischendurch auch mal sein!



Wir wünschen Euch einen tollen Start in die neue Woche!