



4-6 personen



zeer eenvoudig



15 min. voorbereiding

50 min. en
1 uur afkoelen

Courgette-bananenbrood

Benodigheden 12 stuks

1 courgette

75 g gedroogde gewelde
abrikozen

4 rijpe bananen

3 middelgrote scharreleieren

75 ml zonnebloemolie

80 g tahin

200 g volkoren tarwemeel

1½ tl bakpoeder

4 el koek- en speculaaskruiden

4 el sesamzaad

Keukenspullen

bakpapier

cakevorm (30 cm)

1. Verwarm de oven voor op 180 °C. Bekleed de cakevorm met bakpapier of vet deze in.
2. Rasp de courgette fijn, doe in een schone theedoek en knijp er zoveel mogelijk vocht uit.
3. Snijd de gedroogde gewelde abrikozen in stukjes.
4. Prak de bananen fijn.
5. Klop de eieren los in een ruime kom en meng met de bananen, olie en tahin.
6. Voeg het volkoren tarwemeel, bakpoeder, de koek- en speculaaskruiden en de helft van het sesamzaad toe. Meng de abrikozen, geraspte courgette en eventueel zout erdoor.
7. Verdeel het beslag over de cakevorm en bestrooi met de rest van het sesamzaad. Bak in ca. 50 min. gaar in de oven.
8. Laat 1 uur afkoelen.

Recept van Allerhande, gebruikt door onze cateraar
Petra (De Groene Kok)

*Dit recept is mogelijk gemaakt
door De Nieuwe Graanschuur,
Bloemendalsestraat 19 in
Amersfoort*