

Banane-Nuss-Knusperriegel

Zutaten:

- 200 g Xucker
- 180 g weiche Butter
- 1 Ei
- Salz
- 1 TL Zimtpulver
- 2 reife Bananen
- 300 g grobe Haferflocken
- 60 g gehackte Walnüsse
- 60 g gehackte Mandeln



Zubereitung:

Braunen Zucker und Butter schaumig schlagen, dann das Ei, 1 Prise Salz und den Zimt unterrühren.

Bananen schälen, in Scheiben schneiden und mit einer Gabel zerdrücken.

Bananenmus mit Haferflocken, Walnüssen und Mandeln unter die Butter-Ei-Masse mischen.

Die Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech streichen und im Ofen (Umluft 175°) 30-40 Min. backen.

Herausnehmen, Masse abkühlen lassen und in Riegel schneiden. Einzeln in Pergamentpapier einwickeln.