

מתחם טחנת הקמח



עוגת בננה טבעונית (Banana Bread) מתכון של eurospid

לעוגה אחת בתבנית אינגליש קייק

חומרים :

- 200 גרם קמח לקונדיטוריה T45 'קמח הארץ'
- 30 גרם קמח קוקוס
- 10 גרם אבקת אפייה
- 60 גרם סוכר חום
- 50 גרם שוקולד צ'יפס
- קורט מלח
- תמצית וניל
- 200 גרם בננות בשלות
- 170 מ"ל חלב צמחי
- 30 גרם נוזל אקוופאבה
- 60 מ"ל שמן חמניות
- 1 כפית חומץ תפוחים / חומץ רגיל

אופן ההכנה:

1. מחממים תנור ל-180 מעלות.
2. מערבבים בקערה: וניל, מלח, שוקולד צ'יפס וקמח.
3. בכוס מערבבים את החלב הצמחי יחד עם החומץ ומניחים בצד ל-2-3 דקות.
4. בקערת המיקסר מקציפים את האקוופאבה יחד עם הסוכר, למשך 10 דקות, במהירות גבוהה.
5. לתוך הקערה עם הקמח מוסיפים: חלב צמחי וחומץ, שמן, מחית בננות ומערבבים עד לאיחוד.
6. בעזרת מרית מקפלים פנימה בעדינות ובמנות קטנות את קצף האקוופאבה, בתנועות איטיות וארוכות, מהתחתית כלפי מעלה עד שהתערובת חלקה ואחידה.
7. את הבלילה המוכנה יוצקים לתוך תבנית עם נייר אפייה ומיישרים, מפזרים שוקולד קצוץ ואופים כ-45 דקות.