

Vegán gluténmentes banánkenyér sült gyümölcsös öntettel

- 80 g frissen őrölt mandula
- 70 g kókuszliszt
- 4 darab villával összetört érett banán
- 70 g apróra vágott natúr pisztácia
- 1 evőkanál nyílgyökér liszt
- 150 g rizsszirup
- 50 g kókuszvirágcukor
- 0,5 dl olaj
- 1 teáskanál szódabikarbóna
- 1 teáskanál sütőpor
- ½ kiskanál őrölt kardamom
- 1 csipet só

A hozzávalókat egy tálban összekeverjük. Sütőpapírral bélelt tepsibe öntjük, előremelegített sütőben hőlégkeveréssel 160 fokon 60 perc alatt készre sütjük.

Eper vagy áfonya kompót a tetejére

500 g eper vagy áfonya megtisztítva

3 evőkanál rizsszirup

1 csapott mokkáskanálnyi vanília őrlemény

Egy tűzálló tálkába tesszük a hozzávalókat, összekeverjük, félidőben a banánkenyér mellé tesszük, és készre sütjük a banánkenyérrel együtt. A banánkenyér szeleteket a sült gyümölcskompóttal a tetején tálaljuk.