

## **Bananen-Beeren-Kuchen**

230 g Dinkelvollkornmehl  
100 g Mandeln  
40 g Datteln  
5 Stk. Bananen  
20 g Kakaopulver  
 $\frac{3}{4}$  TL Steinsalz  
15 g Backpulver  
200 ml Kokosmilch  
200 g Himbeeren

Mandeln und Datteln mixen, in eine Schüssel geben und das Mehl, das Kakaopulver, das Steinsalz und das Backpulver zufügen und vermischen und dann die zerdrückten Bananen und die Kokosmilch beifügen und gut verrühren.

Himbeeren in einer Glas- oder Keramikform von ca. 25 cm  $\emptyset$  gleichmässig verteilen, die Masse darüber verteilen und dann mit Umluft etwa 25 Minuten backen. Die ersten 10 Minuten bei 250 °C und die restliche Zeit bei 180 °C.