



BANANENBROOD WAFELTJES



10 porties 30 min GEBAK

INGREDIËNTEN

- 3 grote of 4 kleine bananen (350 gram)
- 4 eieren
- 65 gram bananenmeel
- 35 gram amandelmeel
- 1,5 theelepel kaneel
- 1 theelepel bakpoeder
- 50 ml olijfolie
- 1 theelepel zoetstof (stevia, Zusto)
- (Snufje zout)



STAP 1

Breek de eieren, weeg alle ingrediënten af en zet je klaar.

STAP 2

Mix de bananen met de eieren tot een glad geheel.

STAP 3

Roer het bananenmeel, amandelmeel (en het zout) erdoor. Meng goed.

STAP 4

Voeg nu de olijfolie, bakpoeder en kaneel toe.

STAP 5

Verwarm het wafelijzer en vet het in.

STAP 6

Bak 10 grote of 20 kleine wafeltjes.

— *Klaar en smullen maar!*

VOEDINGSWAARDE 1 GROTE WAFEL

Energie	156 kcal
Vetten	9,7 gram
Koolhydraten	11,7 gram
Koolhydratenporties	0,9
Eiwitten	4,5 gram