

Blaubeerauflauf mit Banane

Zutaten

- 50g Haferflocken
- 1 große Handvoll Blaubeeren
- 50g Walnüsse (grob hacken)
- 2 Bananen in Scheiben : davon 1 Banane geschnitten als Deko
- 70g Datteln oder Rosinen
- 5Tb Mandelmilch
- 2tsp [Ceylon-Zimt](#)
- 2Tb Ahornsirup

Zubereitung

Alles vermengen, die geschnittene Banane als Deko obendrauf, bei **160 Umluft 20min** goldbraun backen.

From:
<https://wiki.fritzcloud.net/> - FritzWiki

Permanent link:
https://wiki.fritzcloud.net/doku.php?id=rezepte:kochen:blaubeerauflauf_mit_banane

Last update: **26.09.2025 07:53**

