

Veganski Banana hleb sa kardamomom

Ukupno vreme **60 min** 15 min vreme pripreme 45 min vreme kuvanja

Nutritivne vrednosti (prema porciji)

1.527 kJ / 365 kcal

Masti: **12 gr** Protein: **6 gr**

Ugljeni hidrati: **56 gr**

SASTOJCI

2 porcije

2	zrele banane (oko 200 gr)
1 kašika	limunovog soka
1 kašika	Kikkoman Prirodno Fermentisani sos od soje sa manje soli
100 ml	biljnog mleka (npr. ovseno mleko)
200 gr	običnog brašna
1 kašičica	praška za pecivo
0,5 kašičica	sode bikarbone
80 gr	smeđeg šećera
1 kašičica	mlevenog kardamoma
Glazura od javorovog sirupa i sojinog sosa:	
1 kašičica	kokosovog ulja
2 kašike	javorovog sirupa
1 kašika	Kikkoman Prirodno Fermentisani sos od soje sa manje soli
Dodatno:	
1	banana (oko 100 gr), prepolovljena
50 gr	borovnica

PRIPREMA

Korak 1

2 zrele banane (oko 200 gr) - **1 kašika** limunovog soka - **1 kašika** Kikkoman Prirodno Fermentisani sos od soje sa manje soli - **80 ml** biljnog ulja - **100 ml** biljnog mleka (npr. ovsenog mleka)
Izgnječiti banane u pire, zatim dodati limunov sok, Kikkoman prirodno fermentisani soja sos sa manje soli, ulje i mleko. Dobro promešati.

Korak 2

200 gr običnog brašna - **1 kašičica** praška za pecivo - **0,5 kašičica** sode bikarbone - **80 gr** smeđeg šećera - **1 kašičica** mlevenog kardamoma
U posebnoj posudi pomešati brašno, prašak za pecivo, sodu bikarbonu, šećer i kardamom. Dodati vlažne sastojke i mešati dok se ne sjedine. Sipati testo u kalup za hleb obložen papirom za pečenje.

Korak 3

1 kašičica kokosovog ulja - **2 kašike** javorovog sirupa - **1 kašika** Kikkoman Prirodno Fermentisani sos od soje sa manje soli - **1** banana (oko 100 gr), prepolovljena
U tiganju zagrejte kokosovo ulje, dodajte javorov sirup i Kikkoman soja sos sa manje soli, zatim staviti prepolovljenu bananu u tiganj i karamelizovati je 1 minut sa svake strane.

Korak 4

50 gr borovnica

Poređati karamelizovane kriške banane preko testa i preliterati preostalom glazurom iz tiganja. Ukrasiti borovnicama. Peći na 180 °C oko 45 minuta. Ostaviti banana hleb da se ohladi pre sečenja i serviranja.

