




Ciasto z fasoli, bananów i kakao

 Barbara Strużyna

Polecane na: [ciasta](#)

Kuchnia (region): [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 75 min

 1 porcja

Składniki:

banan około 4 sztuki - 350 g

jaja - 4 szt.

fasola czerwona z puszki - 130 g

mąka migdałowa - 120 g

erytrytol - 1/2 szklanka

kakao - 2 łyżka

sól - - szczypta

borówki - 125 g

Sposób przygotowania:

KROK 1: Miksujemy na puch jaja z erytrytolem i szczyptą soli, w drugiej misce miksujemy banana z odcedzoną fasolą, następnie dodajemy mąkę migdałową, kakao i proszek do pieczenia, chwilę miksujemy. Następnie dodajemy ubite jaja i mieszamy do połączenia składników.

KROK 2: Blaszkę wykładamy papierem do pieczenia. Możemy go wcześniej zgnieść i wyłożyć blaszkę. Wykładamy ciasto na dno, posypujemy borówkami (1/2 porcji), wykładamy pozostałą część ciasta i znowu posypujemy owocami.

KROK 3: Wkładamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 180 stopni i pieczemy ok godzinę. Po upieczeniu posypujemy erytrytolem.

Smacznego