



Bananen Sesam Kekse aus nur 2 Zutaten

Und hier mal ein superschnelles Rezept für gesunde Leckerlis: Kekse aus nur 2 Zutaten, nämlich reife Bananen und Sesamkörner:

Zutaten (für ca. 7 Kekse)

2 Bananen
150g Sesam

Zubereitung:

1. Den Ofen auf 160Grad vorheizen.
2. Die Bananen klein schneiden und zusammen mit dem Sesam in einer Schüssel zermatschen, so dass man eine gut durchgemischte Masse hat.
3. Auf einem Backblech Backpapier auslegen
4. Mit einer Form (ich hatte z.B. einen Burgerformer) die Masse hineingeben, so dass man ca. 7 große Kekse hat.
5. 30 Minuten im Ofen backen.

Varianten: Wer es noch gesünder möchte, könnte noch Flohsamenschalen hinzugeben, oder statt nur Sesam auch noch gemahlene Mandeln dazugeben. Oder ein paar Haferflocken zur Masse geben... Einfach mal ausprobieren.