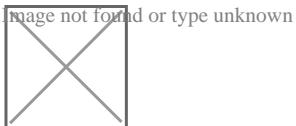


Κέικ με μπανάνες (Καίτη Μαντζαρίδου)

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γλυκά & Εδέσματα



Κέικ μπανάνες

Αναμειγνύουμε το ηλιέλαιο με τη ζάχαρη και ανακατώνουμε, ώσπου να λιώσει η ζάχαρη. Προσθέτουμε την πορτοκαλάδα, τις μπανάνες, το ξύσμα, τα καρύδια και τέλος το αλεύρι αφού το κοσκινίσουμε. Βάζουμε το μείγμα σε μια βουτυρωμένη φόρμα και το ψήνουμε στους 180ο C για 45' λεπτά.

- 1 ποτήρι νερού ηλιέλαιο
- 1 ποτήρι νερού ζάχαρη
- 1 πακέτο αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 1 κουτί αεριούχος πορτοκαλάδα (330 ml)
- ξύσμα πορτοκαλιού
- 2 ώριμες μπανάνες κομμένες σε λεπτές φέτες
- 1 φλυτζάνι τσαγιού ψιλοκομμένα καρύδια

Πηγή: Από το βιβλίο της Καίτης Μαντζαρίδου, «Νέα νηστήσιμα φαγητά και γλυκά», έκδ. Ι.Μ. Μονής Βατοπαιδίου, Άγιον Όρος 2015,
<http://www.vatopedi.gr/ekdoseis-immb/54490/>