

Banana bread



Primer premio de la categoría postres de la IV edición del concurso de recetas para pediatras de la AEPap.

Un postre saludable para las ocasiones. Y una forma de comer fruta sin darse cuenta.

¿Qué necesito?

INGREDIENTES:

- Dos huevos
- Dos cucharadas de aceite de oliva
- Una pizca de sal
- Una cucharadita de canela
- Dos cucharaditas de levadura
- 1/2 cucharadita de nuez moscada
- Dos plátanos maduros
- Dos vasitos de avena fina

¿Cómo lo preparo?

Batimos todos los ingredientes hasta que nos quede una consistencia adecuada y sin grumos.

Metemos la masa en un molde pequeño.

Horneamos durante 25-30 minutos a 180º y... ¡listo! Tenemos una merienda sana y rica para nuestros peques.

Fuente: Ruth Salas. Residente de Pediatría.

Palabras clave:

[fruta](#)

[postre](#)

[recetas](#)

[pediatría](#)

[alimentación infantil](#)

Recursos relacionados:

Golosinas y chucherías: dulces y peligrosas

¡Qué divertido es comer fruta!

Gachas de leche y canela con frutos rojos

Brochetas de panqueques y fruta
