

# Banana Joe

(für ca. 25 Kindergartenkinder)

## Das braucht ihr dafür:

- 200 g Rosinen
- 100 g Nüsse nach Wahl (z.B. Haselnüsse)
- 2 Bananen
  - 100 g geriebene Mandeln
- 200 g Haferflocken
- 6 EL Blütenhonig
- 1 Eiweiß



## Und so geht's gemeinsam:

Die Rosinen und die ganzen Nüsse klein hacken und in eine Schüssel geben. Zwei reife Bananen mit der Gabel fein zerdrücken und hinzufügen. Die geriebenen Mandeln, Haferflocken, Honig und das Eiweiß beifügen und gut vermischen. Das Backrohr auf 180 °C Heißluft vorheizen. Die Riegel-Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech aufstreichen und zwischen 25-40 Minuten backen. Nach dem Auskühlen die Riegel in die gewünschte Form schneiden.

