KLIMAKOKKENE

ALDRENDE BANANBRØD

5, STRAUMAN OPPVEKSTSENTER

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

150	g	sukker
1	ts	natron
3	stk	egg
275	g	mel
1.5	dl	melk
75	g	smeltet smør
300	g	modne bananer uten skall
1	ts	bakepulver

SLIK GJØR DU:

1 STRAUMAN OPPVEKSTSENTERS KLIMARETTER

Elevene fra Strauman Oppvekstsenter bidrar med to retter til konkurransen Klimakokkene. Gruppe 1: Thea, Sofie, Storm og Ada Celine lagde en wok og som er basert på norskproduserte råvarer. Gruppe 2: Vilja, Leah, Hanna og Nora lagde bananbrød med trollkrem av tyttebær og blåbær. Vi har benyttet medbrakte rester av grønnsaker, lokalfisket torsk, overmoden banan og nedfrosne bær plukket lokalt.

Fremgangsmåte:
1. Visp sammen egg og sukker i en bolle.
2. Skrell banan, vei opp mengden du trenger og mos dem før du blander dem med det andre.
3. Smelt smør i en kjele, hell i melk og ha deretter blandingen i bollen.
4. Sikt det tørre over blandingen og rør alt sammen til en jevn fin røre.
5. Hell røren i en brødform, ca. 1,5 liter, kledd med bakepapir.
6. Stek brødet på rist nederst i komfyren ved 180oC i ca. 45-60 minutter.
7. Avkjøles på rist.

2 Denne retten inneholder både Aldrende bananbrød og Nordnorsk trollkrem og derfor ligger oppskrifta til trollkremen under her:

NORDNORSK TROLLKREM med tyttebær
3 dl tyttebær
150 g sukker
½ ts vaniljesukker
2 stk. eggehviter

Fremgangsmåte:
1. Pisk eggehvitene stive.
2. Tilsett sukker, vaniljesukker og renset bær mens pisking fortsetter til konsistensen blir fast.

NORDNORSK TROLLKREM med blåbær
Benytt samme oppskrift som trollkrem med tyttebær.
Bytt ut tyttebær med blåbær.
Reduser sukkermengden til ca. halvparten.