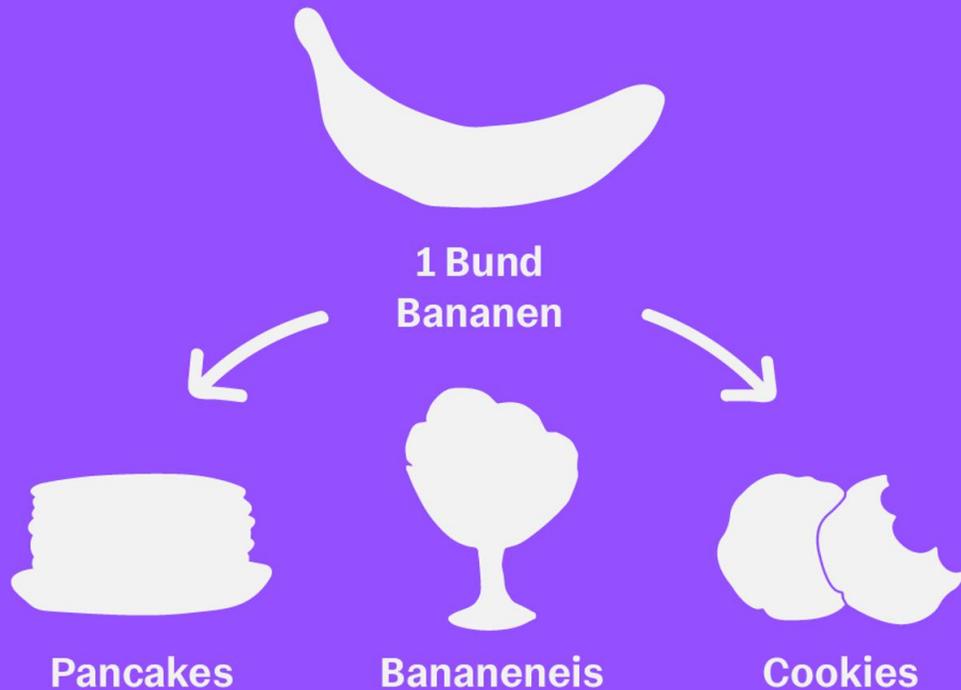


Reife Bananen

So vielseitig verarbeitest du sie:



pfannefertig

Deine Kochtipps

💛 🌸 💛 🌸 Hast du gewusst, dass du Bananeneis mit nur einer Zutat machen kannst? Friere dafür 2-3 reife (je brauner, desto besser 😎), in Scheiben geschnittene Bananen ein und mach daraus mit einem Mixer eine cremige #Nicecream! 😍

👏 Du hast viele reife Bananen? Das sind deine Go-tos:

- Smoothie mit Beeren
- Porridge
- Bananenbrot
- Bananenmilch

Und ganz nebenbei isst du mit diesen leckeren Rezepten wichtige Mineralstoffe und viele Vitamine!

Besser gehts nicht, oder?

[#sgessn](#) [#UfEigedeBeii](#) [#Bananen](#) [#Bananenbrot](#)
[#Bananenrezepte](#) [#BananenPancakes](#) [#SchnelleRezepte](#)