

## Bananenkuchen mit Apfel - Idealer 1. Kinder-Geburtstagskuchen



*vegetarisch*

*stillfreundlich*

*kleinkindtauglich*

### Rezept für einen tollen Kuchen zum 1. Geburtstag ohne Zucker und ohne Fondant

Endlich ist es soweit: der erste Geburtstag deines Babys steht bevor und das muss natürlich gebührend gefeiert werden. Dabei darf ein richtiger Geburtstagskuchen nicht fehlen.

Ich zeige dir ein einfaches Rezept für einen fruchtigen Geburtstagskuchen ohne Zucker, den du deinem Kind und seinen Freunden ruhigen Gewissens servieren kannst. Das ist keines Wegs langweilig, denn wenn du den Kuchen hübsch mit bunten Früchten oder [Muffintoppfern\\*](#) und [kleinen Geburtstagskerzen\\*](#) verzierst, werden die Augen deines Geburtstagskindes auch ohne bunte Streusel und eine dicke Sahneschicht begeistert leuchten.

Du kannst das Grundrezept für meinen Bananenkuchen auch noch nach Belieben variieren, indem du noch andere Obststückchen dazu gibst oder ihn sogar mit Schokostückchen im Inneren bäckst.

Wer die bunten Figuren aus Fondant auf den üblichen Geburtstagstorten mag, der kann diese zum 1. Geburtstag auch ganz einfach durch eine Spielfigur ersetzen.

Und noch ein Tipp: bei uns fährt seit dem 1. Geburtstag unseres ältesten Sohnes eine hübsche [Geburtstageisenbahn\\*](#) auf dem Geburtstagstisch mit.

- 280 g Mehl (ich bevorzuge Dinkelmehl)
- 1 EL Backpulver
- 3 große reife Bananen

- 60 ml Rapsöl
- 1 Ei
- 1 Prise Salz
- 1 Apfel
- nach Belieben Rosinen
- etwas Milch

1. Zuerst mixt du in einer Schüssel das Ei mit dem Öl schaumig.
2. Zerdrücke dann die Bananen und gib sie mit der Mehl-Backpulvermischung in die Schüssel. Jetzt wird alles gut gemixt, bis ein zäher Kuchenteig entsteht. Wenn dir der Teig zu trocken erscheint, dann gib einfach ein bisschen Milch dazu (funktioniert auch mit pflanzlicher Milch).
3. Nun schälst du noch den Apfel, schneidest ihn in kleine Stücke und rührst ihn in den Teig. Wer mag gibt noch eine Handvoll Rosinen hinzu.
4. Dann kommt der Teig in eine gut gefettete Kastenform und ab geht's bei 170°C Ober-/Unterhitze für etwa eine Stunde in den vorgeheizten Ofen.
5. Nach dem Auskühlen kannst du den Bananenkuchen nach Belieben verzieren oder auch einfach nur mit einer Geburtstagkerze dekorieren. Kinderaugen strahlen auch, wenn ihr den Kuchenteller mit buntem Obst dekoriert.

## Unsere Empfehlung für Dich:

### MAMA, WAS GIBT'S ZU ESSEN?

- ♥ Abwechslungsreiche Wochenpläne für einen ganzen Monat
- ♥ 40 einfache Familienrezepte
- ♥ ideale Familienkost für kleine und große Kinder
- ♥ moderne Hausmannskost
- ♥ viele vegetarische Ideen, aber auch Rezepte mit Fleisch, Fisch und zum Backen
- ♥ schnell und einfach zubereitet



» ZUM SHOP

erhältlich unter

<https://www.familienkost.de/shop>

Der Teig eignet sich auch gut, um ihn in einer [Motivbackform\\*](#) wie Mickey Maus, Raupe Nimmersatt oder co. zu backen.

Weitere baby- und kleinkindtaugliche Backrezepte findest du in meiner großen Rezeptsammlung [Backen für das Baby](#).