

## Bananen-Zimtschnecken aus dem Thermomix®



© Bananen-Zimtschnecken - Rezepte mit Herz



1 Std. 15 Min. + Wartezeit



leicht



16 Stück

### Fruchtige Variation des Schweden-Klassikers

Manchmal muss es einfach ein Stück Kuchen sein! Diese Zimtschnecken würden wir am liebsten täglich verputzen. Denn mit unserem Rezept kommt die köstlichste Zwischenmahlzeit besonders fluffig und leicht daher. Unsere Zimtschnecken-Variation eignet sich perfekt für schon sehr reife Bananen. Im Teig machen die braunen Früchte eine gute, leckere Figur.

#### Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	<b>3</b>	reife Bananen (ca. 250 g)
<input type="checkbox"/>	<b>75 g</b>	Milch + 1-2 EL (1,5% Fett)
<input type="checkbox"/>	<b>75 g</b>	Wasser
<input type="checkbox"/>	<b>70 g</b>	Zucker
<input type="checkbox"/>	<b>1/2 Würfel</b>	Hefe (21g)
<input type="checkbox"/>	<b>70 g</b>	weiche Butter
<input type="checkbox"/>	<b>2</b>	Eier
<input type="checkbox"/>	<b>500 g</b>	Mehl
<input type="checkbox"/>		Salz
<input type="checkbox"/>	<b>1 TL</b>	Zimt
<input type="checkbox"/>	<b>40 g</b>	Puderzucker
<input type="checkbox"/>		Mehl zum Arbeiten

## Zubereitung

1. Bananen schälen. 75 g Milch, Wasser, 50 g Zucker und Hefe in den Mixtopf geben und 3 Min./37 °C/Stufe 1 erwärmen. 40 g Butter, 1 Ei und 2 Bananen zugeben und 15 Sek./Stufe 6 mixen. Mehl und ½ TL Salz zugeben und 3 Min./Teigstufe kneten. Teig umfüllen, mit Mehl bestäuben und zugedeckt ca. 1 Std. gehen lassen. Mixtopf spülen und trocknen.
2. Backofen auf 180 °C (160 °C Umluft) vorheizen. Runde Auflaufform (26 cm Durchmesser) einfetten. 30 g Butter, 20 g Zucker, Zimt, 1 Prise Salz und 1 Banane in den Mixtopf geben und 15 Sek./Stufe 3 zu einer Creme mixen.
3. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche kurz durchkneten und zu einem Rechteck (ca. 40 x 50 cm) ausrollen. Mit Zimtcreme bestreichen. Teig von der Längsseite her aufrollen. Mit einem scharfen Messer in 16 Scheiben schneiden und in die Auflaufform legen.
4. 1 Ei verquirlen, Schnecken damit bestreichen. Im heißen Ofen in ca. 40 Min. goldbraun backen. Herausnehmen und ca. 30 Min. abkühlen lassen.
5. Puderzucker und 1-2 EL Milch zum dickflüssigen Guss verrühren. Über die Schnecken träufeln, trocknen lassen.

## Unser Tipp:

Mit Biss: 100 g gehackte Walnüsse oder Pekannüsse zur Bananen-Zimtcreme geben.

## Nährwertangaben

Pro Stück: ca. 195 kcal 5 g E - 5 g F - 33 g KH