*Low Carb Schoko-Nuss-Bananen-Kuchen aus der Mikrowelle*

*Zutaten:*

2 El Butter

2 EL Erdnussbutter

4 EL Backkakao

2 EL Stevia

3 EL Mandel(n), gemahlen

3 EL Haselnüsse, gemahlen

2 EL Haselnüsse, gehackt

4 EL Milch

2 kleine Banane(n)

Ei(er)

*Die Butter und die Erdnussbutter in eine große Müslischüssel von ca. 800 ml (die Masse geht noch gut auf) geben und in der Mikrowelle schmelzen, bis sie flüssig ist. Die Bananen in Stücke brechen oder schneiden, in die geschmolzene Butter geben und mit einer Gabel zu einem Brei verarbeiten. Den Backkakao und das Stevia dazugeben und gut verrühren. Nun das Ei in die Schüssel schlagen und gut in die Masse einrühren, bevor nun die gemahlenen und gehackten Nüsse dazu kommen und ebenfalls gut eingerührt werden. Zum Schluss die Milch dazugeben und glatt rühren, bis die Masse homogen ist.*