

ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΒΡΩΜΗΣ

- 3 μπανάνες
- 200 γρ. βρώμης
- 200 γρ. αλεύρι
- ½ κουτ. γλ. σόδα
- ¼ κουτ. γλ. αλάτι
- 2 κουτ. γλ. κανέλα
- 100 γρ. ελαιόλαδο
- 200 γρ. καστανή ζάχαρη
- 1 πορτοκάλι ξύσμα
- 100 γρ. κουβερτούρα χοντροκομμένη
- Ψήσιμο περίπου για 15 λεπτά στους 180

ΑΤΟΜΙΚΑ ΚΕΙΚ

ΥΛΙΚΑ

- 2 αυγά
- 175 ml γάλα
- 100 ml λάδι
- 140 γρ. ζάχαρη
- 250 γρ. αλεύρι
- 50 γρ. κακάο
- 2 κουταλάκια του γλυκού μπέκιν
- 1 πρέζα αλάτι
- 200 γρ. κομματάκια σοκολάτας

Ψήσιμο για 20 με 25 λεπτά στους 180 βαθμούς, πάνω και κάτω αντιστάσεις