

Banane in Limetten-Rum

Dessert » Kompott

Zutaten (4 Personen)

- » 1 Limette(n)
- » 50g Butter/Margarine
- » 4cl Rum
- » 50g Zucker
- » 1/4 TL Zimt
- » 4 Banane(n)
- » 300ml Schlagsahne
- » 100ml Kokosnusscreme
- » 30ml Kokoslikör
- » Kokosraspel

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Limette heiß abbrausen und trockentupfen. Die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Die Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Limettensaft und -schale, Rum, Zucker sowie Zimt zufügen und kurz aufkochen lassen.

2. Bananen schälen, je quer und längs einmal durchschneiden. In die Pfanne geben und ca. 5min bei schwacher Hitze köcheln lassen. Dabei immer wieder etwas Saft über die Bananen löffeln.

3. Für die Kokoscreme die Sahne steif schlagen, die Kokoscreme und den Likör unterziehen.

4. Jeweils vier Bananenstücke mit etwas Soße auf Desserttellern anrichten. Die Kokospäne in einer beschichteten Pfanne ohne Fettzugabe etwas anrösten. Aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Über die Bananen geben. Mit Limettenzesten garnieren und servieren. Die Kokoscreme in separaten Schälchen dazu reichen.

Nährwerte: 630kcal/E5g/F40g/KH53g pro Portion

angelegt am: 23.11.2003

Rezept-Nr: 749

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke