

## Rezept

# Bananentrifle im Glas

Ein Rezept von Bananentrifle im Glas, am 14.12.2025

## Zutaten

- |             |  |             |                                 |
|-------------|--|-------------|---------------------------------|
| <b>1</b>    | kleine reife Banane  | <b>3 EL</b> | Limoncello (Zitronenlikör)      |
| <b>50 g</b> | Magerquark   | <b>1 EL</b> | Crème fraîche                   |
| <b>1 TL</b> | Zucker   | <b>50 g</b> | Schoko-Biskuits (Fertigprodukt) |
| <b>1 EL</b> | getrocknete Bananenchips (wahlweise 1/4 TL ungesüßtes Kakaopulver) |             |                                 |

## Rezeptinfos

**Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 505 kcal

## Zubereitung

- 1.** Die Banane schälen, in Scheiben schneiden und mit 1 EL Limoncello beträufeln.

---

- 2.** Den Quark mit der Crème fraîche und dem Zucker verrühren.

---

- 3.** Die Hälfte der Schoko-Biskuits in ein Glas von 0,3 l Inhalt bröseln und mit 1 EL Limoncello beträufeln. Jeweils die Hälfte der Bananenscheiben und der Quarkcreme daraufgeben. Die übrigen Biskuits daraufbröseln und mit übrigem Limoncello beträufeln. Restliche Bananenscheiben und Creme einschichten. 1 Std. zugedeckt kalt stellen.

---

- 4.** Zum Servieren entweder die Bananenchips über das Dessert bröseln (der Rest schmeckt als süße Knabberei oder im Frühstücksmüsli) oder das Kakaopulver durch ein kleines Sieb darüberstäuben.