

Rezept

Gebratene Bananen mit Zitronensauce

Ein Rezept von Gebratene Bananen mit Zitronensauce, am 17.04.2024

Zutaten

- | | |
|--|--|
| 1 Bio-Zitrone | 4 schöne reife Bananen |
| 2 EL vegane Margarine | 1 EL brauner Zucker |
| 50 g Ahornsirup | 2 EL weißer Rum (nach Belieben) |
| Zitronenmelisseblättchen zum Garnieren | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 235 kcal

Zubereitung

1. Die Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Bananen schälen und der Länge nach halbieren.

2. Die Margarine und den Zucker in einer großen Pfanne schmelzen lassen. Die Bananen mit den Schnittflächen nach unten einlegen und bei mittlerer Hitze ca. 1 ½ Minuten braten. Vorsichtig wenden und noch mal so lange braten. Die Bananen aus der Pfanne nehmen und gleich auf Teller verteilen.