

Rezept

# Gegrillte Ananas mit Nicecream

Ein Rezept von Gegrillte Ananas mit Nicecream, am 25.04.2024

## Zutaten

### Für die Nicecream

4 Bananen

1 Msp. gemahlene Vanille

### Für die Schokosauce

4 EL Kokosöl

1 EL Kakaopulver (schwach entölt)

1 TL Reissirup

### Außerdem

1 Ananas

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal, 17 g F, 4 g EW, 45 g KH

## Zubereitung

1. Für die Nicecream die Bananen schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Bananen in einer Gefrierbox im Tiefkühlfach mindestens 4 Std. tiefkühlen.
2. Kurz vor der Zubereitung die Bananen 10-15 Min. antauen lassen. Inzwischen für die Schokosauce das Kokosöl erwärmen, Kakao und Reissirup unterrühren.
3. Die Bananen mit Vanille und 50 ml Wasser im Hochleistungsmixer fein mixen und ins Tiefkühlfach stellen.
4. Den Grill anheizen und den Grillrost heiß werden lassen. Die Ananas putzen, schälen und in acht Scheiben schneiden. Die Scheiben auf dem Grill 6-8 Min. braten, dabei zwischendurch wenden. Die Ananas auf Teller verteilen, mit der Schokosauce beträufeln und die Nicecream dazu servieren.