

Rezept

Gegrillte Bananen mit Marshmallows

Ein Rezept von Gegrillte Bananen mit Marshmallows, am 22.09.2023

Zutaten

50 g Schokolade (z. B. Vollmilch oder Zartbitter)

2 EL Nusskerne (wer mag, z. B. Erdnüsse, Haselnüsse, Walnüsse, Mandeln)

4 EL Mini-Marshmallows

4 Bananen

Zubehör

1 Grill

1 großes Schneidebrett

1 Schneidemesser

1 kleine Schüssel

Alufolie

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 210 kcal, 6 g F, 4 g EW, 33 g KH

Zubereitung

1. Den Grill anheizen. Die Schokolade grob hacken, eventuell die Nüsse nicht zu fein hacken. Beides mit den Marshmallows in die Schüssel geben, mischen.
2. Die Bananen ungeschält mit dem Messer der Länge nach ein-, aber nicht durchschneiden. Die Bananen vorsichtig etwas auseinanderklappen und mit der Schoko-Marshmallow-Mischung befüllen, dann wieder zusammendrücken.
3. Jede Banane in ein Stück Alufolie wickeln und auf den Rost legen. Die Bananen ca. 10 Min. grillen, bis sie heiß sind und die Schokolade geschmolzen ist.