Rezept

Kokosmilchreis mit Honigbananen

Ein Rezept von Kokosmilchreis mit Honigbananen, am 12.10.2024

Zutaten

1	Vanilleschote
3-4 EL	Zucker
	Saft von 2 Limetten
1 EL	Butter
2 Msp.	Zimtpulver
800 ml	Kokosmilch
200 g	Milchreis
4	feste, reife Bananen
3 EL	Honig

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 765 kcal

Zubereitung

1. Die Vanilleschote längs aufschlitzen und das Mark herauskratzen, Mark und Schote mit der Kokosmilch in einen Topf geben. 3 EL Zucker hinzufügen und die Kokosmilch unter Rühren zum Kochen bringen. Den Milchreis einrieseln und bei kleiner Hitze 20-25 Min. köcheln lassen, dabei öfter umrühren. Anschließend den Reis auf der ausgeschalteten Herdplatte ca. 10 Min. ausquellen lassen. Mit 4-5 EL Limettensaft und eventuell Zucker abschmecken.

2. Die Bananen schälen, einmal längs und einmal quer halbieren und sofort in 2 EL Limettensaft wenden, damit sie sich nicht bräunlich verfärben. Die Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen. Darin die Bananenstücke bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten kurz anbraten, mit Honig und 3 EL Limettensaft beträufeln und mit Zimtpulver bestäuben. Dann die Bananen bei kleiner Hitze noch 2-3 Min. weiterbraten, dabei ein- bis zweimal im Honigsud wenden. Sie sollten gut mit Sud überzogen und gebräunt sein, aber nicht matschig werden. Den Reis auf Teller oder Schälchen verteilen, die Bananen daraufgeben und mit Honigsud beträufeln.