

Rezept

Schoko-Mandel-Bananen

Ein Rezept von Schoko-Mandel-Bananen, am 31.03.2023

Zutaten

3 Bananen	75 g Mandelmus
30 g Mandelblättchen	150 g Zartbitterschokolade

Rezeptinfos

Portionsgröße 12 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 177 kcal, 10 g F, 3 g EW, 16 g KH

Zubereitung

1. Bananen, je nach Größe, dritteln oder vierteln und längs halbieren.

2. Mandelmus auf die flache Seite streichen. Eine Hälfte in Mandelsplitter tauchen. Anschließend beide Hälften zusammenfügen und in den Tiefkühlschrank legen.

3. Zartbitterschokolade über einem Wasserbad schmelzen. Bananenstücke aus dem Kühlschrank nehmen und mit Hilfe von 2 Esslöffeln mit Schokolade überziehen. Auf einem Gitter abtropfen lassen und mindestens 1 Stunde im Kühlschrank lagern. Anschließend servieren und kühl genießen.