

Rezept

Schokoauflauf auf Honigbananen

Ein Rezept von Schokoauflauf auf Honigbananen, am 17.04.2024

Zutaten

100 g Zartbitter-Schokolade	1/2 l Milch
80 g Butter	125 g Weizen- oder Dinkel(vollkorn)mehl
4 reife Bananen	Saft von 1 Zitrone
2 EL Honig	5 Eier
Salz	80 g Zucker
2 Päckchen Vanillezucker	Puderzucker zum Bestreuen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 750 kcal

Zubereitung

1. Die Schokolade in kleine Stücke brechen. Mit 1/4 l Milch und 60 g Butter in einem Topf erhitzen, bis die Schokolade geschmolzen ist. 1/4 l Milch mit dem Mehl gründlich verrühren. In die Schokoladenmilch rühren und bei schwacher Hitze etwa 5 Min. garen, bis die Mischung dickflüssig ist. Lauwarm abkühlen lassen.
2. Den Backofen auf 180° vorheizen. 20 g Butter in eine feuerfeste Form geben und im Ofen schmelzen lassen. Mit einem Pinsel in der Form verstreichen.
3. Die Bananen schälen und der Länge nach in Scheiben schneiden. Die Form damit auslegen. Zitronensaft und Honig verrühren, über den Bananen verteilen.
4. 1 Ei unter die Milchmischung rühren. Die übrigen Eier trennen. Die Eiweiße mit 1 Prise Salz steif schlagen, die Eigelbe mit dem Zucker und dem Vanillezucker schaumig schlagen. Die Milchmischung unterrühren, dann den Eischnee unterheben.
5. Die Schokomasse auf den Bananen verteilen, im Ofen (Mitte) etwa 50 Min. backen, bis die Masse aufgegangen und schön gebräunt ist. Vor dem Servieren kurz stehen lassen, dann mit Puderzucker bestäuben.