

Rezept

Veganes Bananeneis mit Schokosplittern

Ein Rezept von Veganes Bananeneis mit Schokosplittern, am 18.12.2025

Zutaten

4 Stück Bananen (ca. 600 g)

60 g Zartbitterschokolade (mind. 60 % Kakaogehalt; ersatzweise Zartbitterkuvertüre)

200 ml Pflanzendrink (z.B. Hafer-, Soja- oder Nussmilch)

20 g Zartbitterschokolade (mind. 60 % Kakaogehalt; ersatzweise Zartbitterkuvertüre)

1 Stück Vanilleschote (ersatzweise 1 TL Bourbon-Vanillepulver)

16 Stück rohe Kakaobohnen (20 g; Bioladen; nach Belieben)

40 g getrocknete Bananenchips (ersatzweise 80 g Blau- oder Himbeeren)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 275 kcal

Zubereitung

1. Am Vortag oder 5 Std. vorher die Bananen schälen, in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden und über Nacht oder mind. 5 Std. einfrieren. Die Bananenscheiben ca. 15 Min. vor der Zubereitung aus dem Gefrierschrank nehmen und leicht antauen lassen.
2. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Schokolade grob zerbrechen und mit Bananenscheiben, Vanillemark und nach Belieben den Kakaobohnen in den Standmixer oder die Küchenmaschine mit Messereinsatz geben. Alles zu einer glatten, softeisähnlichen Masse pürieren, dabei den Mixer zwischendurch ausschalten und die Masse mit einem Löffel zum Messer hin drücken.
3. Vom Eis mit einem Esslöffel Nocken abstechen und auf vier Dessertsteller oder Gläser verteilen. Die restliche Schokolade mit einem scharfen Messer fein schneiden oder abschaben, sodass feine Splitter oder Röllchen entstehen. Das Eis mit der Schokolade und den getrockneten Bananenchips garnieren.