

Bananen in warmer Karamellsauce - Lecker muss nicht schwierig sein

Zubereitung	Kochen	Schwierigkeitsgrad	Menge
5 Minuten	10 Minuten	Mittel	2 Portionen

Zutaten und Zubereitung

Menge	Bezeichnung
25 g	Butter
50 g	Zucker
75 ml	Vollrahm (Sahne)

1. Die Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen und den Zucker hinzugeben. Die Masse rühren, bis der Zucker braun wird. Wie bei den gebrannten Mandeln ist Vorsicht geboten: Der Zucker ist schnell verbrannt! Anschliessend den Vollrahm (Sahne) langsam und bei ständigem Rühren hinzugeben bis sich kleine Bläschen bilden.
2. Die Karamellsauce für eine Minute bei mittlerer Temperatur kochen lassen. Unterdessen die Bananen schälen und der Länge nach halbieren. Dann die Bananen hinzugeben und so lange kochen, bis sie warm sind (dauert ungefähr zwei Minuten). Die Karamellsauce kann mithilfe eines Suppenlöffels über die Bananen geträufelt werden.

Kalorien	Fett	Kohlenhydrate	Protein
723 kcal	48 g	75 g	3 g