



## Gebackene Bananen in Kokosmilch

Das Rezept ist für 4 Personen berechnet.

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze,  
lt = Liter, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

**4** reife Bananen

Bananen schälen und längs halbieren. In eine flache Auflaufform legen, mit Zitronensaft beträufeln.

**2 EL** Zitronensaft

**2 EL** Cashewnüsse gehackt

Cashewnüsse mit Pistazien, Kokosraspeln, Zucker und Kardamompulver mischen und gleichmässig über die Bananen verteilen. Kokosmilch darüber giessen.

**1 EL** Ungesalzene Pistazien gehackt

**150 g** Kokosraspel

Bei 200 Grad im vorgeheizten Ofen ca. 30 min. backen, heiss servieren.

**4 EL** Brauner Zucker

**1 TL** Kardamom gemahlen

**2 Tassen** Kokosmilch