



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	