

Gebackene Bananen

von Ingrid Bühl (Rele_antispe@gmx.net)

- 1 Banane
- 1 1/2 EL Mehl
- 1 TL Zucker
- 2 TL Paniermehl / Semmelbrösel
- 1/4 T Kokosmilch
- 1 TL Margarine

- Die Margarine in einer Pfanne zum Schmelzen bringen.
- In der Zwischenzeit alle Zutaten außer der Banane und der Margarine verquirlen.
- Die Banane je ein Mal längs und quer halbieren.
- Bananenstücke in Kokospanade tauchen und in der heißen Margarine von beiden Seiten golden anbraten.

Hinweis: Die Panade kann mit Zimt verfeinert werden; evtl. überschüssige Panade passt als Soße zu den gebratenen Bananen.