IM Trend

... MIT BANANEN

SCHOKO-BANANEN-SKILLET-CAKE (PFANNEN-KUCHEN)

Für 6 Portionen

130 g Butter ▪ 30 g brauner Zucker ▪ 170 g Mehl ▪ 1 TL Backpulver ▪ 20 g Kakao ▪ 3 EL dunkle Schokotropfen ▪ ½ TL gemahlene Vanille ▪ 1 Prise Salz ▪ 100 g Zucker ▪ 2 Eier (Gew.-Kl. M) ▪ 120 ml fettarme Milch ▪ 1 EL Rum ▪ 3 mittelgroße Bananen (mittelreif) ▪ 1 EL Honig ▪ 50 g Haselnusskerne ▪ 4 Kugeln Vanilleeis ▪ ofenfeste gusseiserne Bratpfanne (Ø 20 cm)

Zur Vorbereitung 20 g Butter mit braunem Zucker in der Pfanne auf dem Herd unter Rühren erhitzen, bis sie geschmolzen ist und zu sprudeln beginnt. Vom Herd nehmen, abkühlen lassen.

Für den Teig Mehl, Backpulver, Kakao, Schokotropfen, Vanille und Salz mischen. Restliche Butter in Flöckchen mit Zucker per Mixer schaumig rühren. Eier nacheinander unterrühren. Erst Hälfte Mehlmix, Milch und Rum unterrühren, dann restlichen Mehlmix. Hälfte Teig in die Pfanne gießen. Bananen schälen, jeweils längs in 3–4 Scheiben schneiden, Hälfte auf dem Teig in der Pfanne verteilen. Restlichen Teig darübergießen. Restliche Bananenscheiben dekorativ darauf verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 180 °C (U: 160 °C/G: Stufe 3) 30–35 Min. backen (Stäbchenprobe machen). 10 Min. vor Schluss Honig über die Bananen träufeln. Pfanne mit Grill- oder Back-Handschuhen vorsichtig aus dem Ofen nehmen, Kuchen ca. 10 Min. abkühlen lassen. Nüsse grob hacken, in einer Pfanne ohne Fett rösten, über den Kuchen streuen. Noch warm mit je 1 Kugel Eis servieren.

Zubereitungszeit: 60 Min.
Schwierigkeitsgrad: leicht
Pro Portion: 595 kcal/2491 kJ
9 g E/68 g KH/29 g F

Leckerer Kuchen und dazu eine gute Tasse Tee, z. B. den Original Ostfriesentee von Küstengold.

Fotos: FCC (1)