



# GEGRILLTE BANANEN MIT MARACUJASAUCE

Der Sommer wird tropisch – zumindest auf dem Teller. Dieses Grill-Dessert ist für alle mit einer Passion für Heißes und Süßes.

## MENGE

4 Portionen

## ZUBEREITUNGSZEIT

25 Minuten

## KALORIEN

ca. 334 pro Portion

1

Für die Maracujasauce die Früchte mit einem Sägemesser quer halbieren. Mit einem Teelöffel Saft und Kerne herauskratzen und in einen kleinen Topf geben. Man erhält etwa 100-150 g Fruchtfleisch. Ebenso viel Zucker zufügen und das Ganze einmal aufkochen. Sauce durch ein feines Sieb streichen. Nach Belieben einen Teil der im Sieb verbleibenden Kerne zurück in die Sauce geben.

2

Kurz vor dem Servieren die Bananen schälen und der Länge nach halbieren. Hälften mit Zitronensaft beträufeln. Grillrost leicht einölen. Bananen bei mittlerer bis hoher Temperatur auf den Grill legen und von jeder Seite 2 – 3 Minuten grillen.

3

Bananen mit Honig bepinseln, anrichten, mit Maracujasauce begießen und sofort servieren.



## WAS DU DAFÜR BRAUCHST:

4 FESTE BANANEN

10 REIFE PASSIONSFRÜCHTE

100 – 150 G ZUCKER

SAFT VON 1 ZITRONE

4 EL HONIG

ETWAS NEUTRALES PFLANZENÖL FÜR DEN GRILL

Dieses Rezept ist aus dem Buch:  
„Das Gästebuch – Kochen für besondere Anlässe“  
von Christian Rach und Susanne Walter (September 2009)

