KIKKOMAN

# Knusprige Bananen mit Vanille-Glace und Schoko- oder Caramellsauce

Gesamtzeit **30 Min.** **5 Min.** Vorbereitungszeit **25 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
**2'807 kJ / 669 kcal**

Fett: **38.6 g**
Kohlenhydrate: **63.4 g**

## ZUTATEN

**4 Portion(en)**

| | |
|---|---|
| **4** | Bananen |
| **9 EL** | Mehl |
| **0.25 TL** | Zimt, gemahlen |
| **2** | Eier |
| **9 EL** | Kikkoman Panko - Knuspriges Paniermehl nach japanischer Art |
| | Pflanzenöl zum Frittieren |
| | Minzblättchen für die Garnitur |

**For the chocolate sauce**

| | |
|---|---|
| **100 g** | Für die Schokosauce |
| **125 g** | Rahm |
| **1.5 EL** | Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce |

**Oder für die Caramellsauce**

| | |
|---|---|
| **100 g** | Zucker |
| **40 g** | Butter |
| **60 g** | Rahm |
| **1.5 EL** | Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce |

**Ausserdem**

| | |
|---|---|
| **4** | Kugeln Vanilleglace |

## ZUBEREITUNG

**Schritt 1**

Bananen schälen, erst der Länge nach halbieren und dann quer halbieren. Mehl und Zimt vermischen und in einen tiefen Teller geben. Eier in einem tiefen Teller verquirlen und Panko-Paniermehl ebenfalls in einen tiefen Teller geben.

**Schritt 2**

Die Bananen erst in der Mehl-Zimtmischung wenden, dann in dem verquirlten Ei und anschliessend in dem Panko-Paniermehl.

**Schritt 3**

Öl erhitzen, die panierten Bananenstücke goldbraun frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Minze waschen und trocken tupfen.

**Schritt 4**

Für die Schokosauce die Schokolade in Stücke brechen und auf einem heissen Wasserbad schmelzen. Rahm und Sojasauce dazugeben und mit erhitzen. Oder: Für die Caramellsauce den Zucker in einem Topf erhitzen, schmelzen und gleichmässig hellbraun werden lassen; dabei regelmässig rühren. Die Butter zufügen und rühren, bis sie sich aufgelöst hat. Den Rahm und die Sojasauce dazugeben und gut verrühren, bis die Sauce ganz glatt ist.

**Schritt 5**

Frittierte Bananen mit der Schoko- oder Caramellsauce und Glace auf Tellern anrichten, mit Minze und nach Wunsch mit frischen Beeren garnieren und servieren.