

Überbackene Kochbananen



Rezept für 20 Portionen



Zutaten

für herzhafte Kochbananen

10 reife Kochbananen
200g geriebenen Gouda
Etwas Paprikagewürz
Pfeffer und Salz

für süße Kochbananen

10 reife Kochbananen
Schokocreme oder Schokoladenstückchen

Zubereitung



Herzhafte Variante:

Die Zubereitung ist kinderleicht...
Die Kochbananen schälen, der länge nach halbieren, mit Salz und Pfeffer würzen und mit geriebenem Käse bestreuen. Danach in eine Auflaufform mit Deckel legen und für ca. 30 min bei 200° C auf mittlerer Schiene ab in den Ofen.

Zu den Kochbananen passen prima Reis mit Bohnen und Mais und ein knackiger Salat.

Süße Variante:

Die Kochbananen schälen, der länge nach halbieren, und mit Schokocreme bestreichen oder die Schokoladenstückchen leicht in die Bananen drücken. Danach in eine Auflaufform mit Deckel legen und so lange bei 200° C auf mittlerer Schiene im Ofen backen, bis die Bananen weich sind und die Schokolade geschmolzen ist.

Fertig! Guten Appetit

