Karamellisierte Bananen mit Walnusseis & Schokoladensauce

Zubereitungszeit:
ca. 30 Minuten + 4 Stunden Kühlzeit

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	678 kcal/kJ	Fett:	50,7 g
Eiweiß:	12,5 g	Davon gesättige Fettsäuren:	18,6 g
Kohlenhydrate:	40,8 g	ungesättige Fettsäuren:	32,1 g

Zutaten für 4 Portionen :

Für die karamellisierten Bananen:
- 25 g Zucker
- 15 g Butter
- 10 ml kaltes Wasser
- Mark einer Vanilleschote
- 2 feste Bananen; geschält und der Länge nach halbiert

Für das Eis:
- 180 ml kalte Schlagsahne
- 4 ml Vanilleextrakt oder Vanillearoma
- 150 ml Milch (1,5% Fett)
- 150 g Naturjoghurt (1,5% Fett)
- 4 g Kaffeepulver
- 4 g Zimt
- 115 g kalifornische Walnüsse, gehackt
- 12 ml Honig

Für die Schokoladensauce:
- 100 g dunkle Schokolade
- 25 g ungesalzene Butter
- 50 ml Milch (1,5% Fett)
- 20 g Walnüsse als Topping, gehackt

Zubereitung:

Zubereitung der karamellisierten Bananen:

1. Den Zucker und die Butter für ein bis zwei Minuten in einer Pfanne erhitzen, bis beides anfängt goldbraun zu werden und alles unter ständigem Rühren karamellisieren lassen.
2. Die Pfanne von der Herdplatte nehmen, 10 ml kaltes Wasser und das Mark einer Vanilleschote hinzufügen, um den Kochvorgang zu stoppen. Alles gut miteinander vermengen, bevor nun die Bananenhälften mit der Schnittseite nach unten in die Pfanne dazugegeben werden. Alles wieder auf mittlerer Hitze erwärmen. Die Bananenhälften von jeder Seite ein bis zwei Minuten köcheln lassen, sodass sie vollständig mit dem Karamell überzogen sind. Beiseitestellen und abkühlen lassen.

Zubereitung des Walnusseises:

1. Die Sahne steifschlagen und währenddessen nach und nach Vanilleextrakt hinzufügen. Milch und Joghurt verrühren und die geschlagene Sahne sowie Kaffeepulver, Zimt, gehackte Walnüsse und Honig mit einem Spatel unterheben und gut miteinander vermengen.
2. Die fertige Eismasse in eine gefrierbeständige Form geben und über Nacht oder für mindestens vier Stunden in Kühlfach oder Eisschrank durchkühlen lassen.

Zubereitung der Schokoladensauce:

1. Dunkle Schokolade und Butter in eine mikrowellengeeignete Schüssel geben und alles für eine Minute in der Mikrowelle erhitzen. Alternativ beides in einem Topf vorsichtig zusammen langsam schmelzen.
2. Währenddessen die Milch in einem Topf zum Köcheln bringen, vom Herd nehmen und die geschmolzene Schokoladen-Buttermischung gut unterrühren.

Anrichten:

1. Zum Anrichten je eine karamellisierte Bananenhälften auf einen Teller legen und zwei Kugeln Walnusseis obendrauf platzieren. Zum Abschluss mit Schokoladensauce und gehackten kalifornischen Walnüssen verzieren und servieren.