

Informationen zur Sendung vom 20.06.2025

Bananeneis mit Nuss-Karamell-Sauce

Von Ulla Scholz

Zutaten für 6 Portionen

Eis

4 – 5 reife Bananen
1 Bio-Zitrone
1 Dose gezuckerte Kondensmilch
200 g Sahne

Sauce

100 g Zucker
100 g Sahne
25 g Butter
1 Päckchen Vanillezucker
100 g gemischte Nüsse
Handvoll Bananenchips
Prise Salz

Zubereitung

Für das Bananeneis die Früchte schälen und in Scheiben schneiden. Die Stücke mit Zitronensaft beträufeln und in einer passenden Dose in den Tiefkühlschrank geben. Das Obst sollte gut durchfrieren, bevor man es weiterverarbeitet.

Die Sahne schlagen. Die gefrorenen Bananenscheiben mit der Kondensmilch in einen leistungsstarken Mixer geben. Beide Zutaten zügig zu einer cremigen Masse verarbeiten und in eine Schüssel umfüllen. Die Schlagsahne unter das Püree heben. Eine passende Form mit Klarsichtfolie auslegen und die Masse hineinfüllen und glattstreichen. Mindestens vier Stunden einfrieren, bis alles fest geworden ist.

Für die Sauce den Zucker so in einen breiten hohen Topf geben, dass der Boden gleichmäßig dünn bedeckt ist. Den Zucker auf mittlerer Temperatur hellbraun schmelzen. Die Sahne kurz erhitzen und mit der Butter in den geschmolzenen Zucker geben. Sorgfältig rühren, bis eine glatte Sauce entstanden ist. Die Herdtemperatur etwas reduzieren, dann mit Vanillezucker und einer Prise Salz würzen. Alles so lange köcheln lassen, bis die Zuckerlösung schön hellbraun und leicht dickflüssig geworden ist. Dann muss die Sauce abkühlen. Auf keinen Fall sofort probieren – karamellierter Zucker ist sehr heiß und führt zu Verbrennungen. Die Nüsse in einer Pfanne leicht anrösten und auch abkühlen lassen.

Anrichten

Die Form kurz in heißes Wasser tauchen und das Eis mit Hilfe der Klarsichtfolie herausheben. Die Folie abziehen, das Dessert portionieren und auf Tellern verteilen. Die gerösteten Nüsse und ein paar Bananenchips an einer Seite anlegen und mit Karamellsauce begießen. Wer mag, kann mit Minz- oder Melissenblättchen garnieren.

Informationen zur Sendung vom 20.06.2025

Bananeneis mit Nuss-Karamell-Sauce

Von Ulla Scholz

Ullas Küchentipps

Der Einkauf

4 – 5 reife Bananen zu 1,29 Euro bzw. als Resteverwertung kostenfrei; 1 Bio-Zitrone zu 0,25 Euro; 1 Dose gezuckerte Kondensmilch zu 1,79 Euro; 300 g Sahne zu 1,49 Euro; 100 g Zucker zu 0,10 Euro; 0,25 g Butter zu 0,21 Euro; 1 Päckchen Vanillezucker zu 0,43 Euro; 150 g gemischte Nüsse zu 1,50 Euro; 100 g Bananenchips zu 1,00 Euro.

Pro Portion circa 1,35 Euro.

Beste Reste – wohin mit reifen Bananen?

Immer wieder bleiben im Haushalt Bananen übrig und keiner mag sie essen, weil sie schon schwarz aussehen. Das muss kein Zeichen dafür sein, dass das Obst verdorben ist. Im Gegenteil – erst jetzt sind die Früchte richtig süß. Ich schäle diese Exemplare, schneide sie in Stücke und beträufle alles mit ein wenig Zitronensaft. Die Scheiben in eine Plastikdose legen, verschließen und im Tiefkühlfach aufbewahren. So kann man sammeln bis genug Früchte zusammenkommen, um Eis zu machen. Der hohe Zuckergehalt ist ideal, da er sich positiv auf die Cremigkeit auswirkt.

Gezuckerte Kondensmilch

Wer keine Eismaschine besitzt, kann sich bei der Eiszubereitung den Zuckergehalt und das Fett in der Kondensmilch zu Nutze machen. Banane und gezuckerte Kondensmilch sind ein Dreamteam. Beide Zutaten sorgen dafür, dass das selbstgemachte Eis wenig Wasserkristalle enthält.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!