



www.gemeinsamtafeln.de

Kachkiste



die lobby für kinder
Ortsverband Lübeck e.V.

Orangen-Bananen-Dessert (Für 4 Personen)

Zutaten: 4 Bananen, 2 EL Zitronensaft, 2 Orangen, 125 ml Orangensaft, 2 EL Honig, 400g Joghurt mild, 1 Packung Vanillezucker, 1 TL Zimt, 4 EL Cornflakes oder Müsli, gehackte Nüsse

Bananen schälen, in Stücke schneiden und mit Zitronensaft übergießen. Alles in ein Glas oder eine kleinere Glasschüssel füllen.

1 Orange schälen, in Scheiben schneiden oder wer es mag nur die Filets raus trennen. 1 Orange auspressen und den Saft mit Honig verrühren, und zu den Bananen ins Glas dazu geben. Joghurt mit Vanillezucker und gemahlenem Zimt verrühren, über die Früchte geben. Alles mit den gehackten Nüssen und dem Müsli oder Cornflakes dekorieren

Bananensplitt mit Quark

Zutaten: 250 g Magerquark, 200 g Crème fraîche, 2 EL Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker, 2 übriggebliebene (braune) Bananen, 6 übriggebliebene Kekse, 2 EL Schokoraspeln

1 Orange auspressen. Nun kannst du die Kekse grob zerbröseln und diese als schmale Schicht in ein Glas füllen und mit frisch gepresstem Orangensaft beträufeln. Nun die Bananenscheiben auflegen und mit einer Schicht Creme bedecken.

So lange fortfahren, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Zum Schluss mit einer Bananenscheibe und Schokoraspeln dekorieren.