



Schokosnana – Bananen-Ingwer-Schokoaufstrich

600 gr reife Bananen

400 gr Kokosmilch

100 ml Bananennektar

14 gr Ingwer

Saft einer Bio-Zitrone

100 gr Ingwer-Schokolade von Heidi

Schuss Amaretto oder Rum

Schuss einer Vanille-Paste

35 gr Gelfix 3:1

365 gr Zucker

6 Stück Gläser 212 ml

1 Stück Einkochtrichter

Hochleistungsmixer (ich verwende Nutribullet)

Reibe oder Ingwerreibe

Zitronenpresse

Zubereitung:

1

Bananen schälen, klein schneiden und auf 2 Mal zusammen mit der Kokosmilch, dem Bananen-Nektar und dem Saft einer Zitrone im Nutribullet pürieren.

Ingwer schälen und fein raspeln.

In einen Topf um leeren.

Zucker mit Gelfix 3:1 vermischen und im Topf einen Spritzer Vanille-Paste dazugeben. Alles gut vermischen und unter ständigem Umrühren zum Kochen bringen.

Wenn die Masse genug warm (noch nicht kocht) ist, die zerhackte Schokolade und den Ingwer

Rezept von Lucina-Cucina auf

<https://lucina-cucina.com/index.php/de/rezepte/selbstgemacht-eingekocht/schokosnana-bananen-ingwer-schoko-aufstrich/177>



untermischen und warten, bis sich die Schokolade zersetzt hat.

Dieser Schritt geht relativ rasch.

Jetzt alle Zutaten 3 Minuten sprudelnd aufkochen, immer umrühren, damit nichts anbrennt.

Vom Herd nehmen, eine Gelierprobe (wie man es macht steht auf der Verpackung von Gelfix) machen.

Wenn die Konsistenz ok ist, noch einmal aufkochen, einen Schuss Amaretto (dieser Schritt kann, muß aber nicht sein) oder auch 2, je nach Geschmack, zugeben.

Jetzt in sterilisierte Gläser mit Hilfe eines Einkochtrichters abfüllen.

Für 5 Minuten auf den Deckel stellen, damit der Luft besser entweichen kann.

Fertig ist der vegane Schoko Bananen Aufstrich.

*Ich wünsche euch einen herrlichen Genuss
und viel Spass und Freude beim Zubereiten dieses Kiba-Cheesecakes.*



Lucina´s tips:



Für dieses Rezept lassen sich hervorragend schon sehr reife Bananen verwenden. Solche, die schon eine ganz braune Schale haben und zum Servieren nicht mehr so appetitlich aussehen.



Viel Glück und guten Appetit!

eure Lucina Cucina