



Ministranten der kath. Gemeinde Christ König, Neuss-Furth

## Bananen-Pfannkuchen „Martinique“

### Zutaten:

200 g Mehl \*\*  
100 g gemahlene Walnüsse  
8 Esslöffel Vollrohrzucker \*  
2 Teelöffel Zimt \*  
2 Eier \*\*  
150 ml Kokosmilch \*  
4 Bananen \*  
25 g Vanillezucker  
1 Becher Schlagsahne  
Olivenöl für die Pfanne \*  
1 Tafel Schokolade \*  
Ananas

\* fair gehandelt  
\*\* regional/saisonal

### Zubereitung:

Das Mehl mit Rohrzucker, Walnüssen und Zimt vermischen. Mit Milch zu einem glatten Teig verrühren, evtl. etwas mehr Milch nehmen. Die Bananen schälen, in Scheiben schneiden und vorsichtig in den Teig geben. In der Pfanne mit Butter goldgelbe Pfannkuchen backen.

Die Ananas aus der Dose, je nach Möglichkeit auch frisch, zum Schluss ebenfalls in der gleichen Pfanne in Butter leicht schmoren. Schlagsahne mit Vanillezucker schlagen.

Die Pfannkuchen auf einem Teller anrichten, daneben einige gebratene Ananasstücke legen und die Schlagsahne dazu servieren.