Frittierte Bananen
Zhà xiūngjiūo

Chinesische frittierte Bananen sind ein beliebtes Dessert, das oft in chinesischen Restaurants serviert wird. Sie haben eine knusprige, goldbraune Außenschicht und eine weiche, süße Innenseite. Der Geschmack ist eine köstliche Kombination aus der natürlichen Süße der Banane und der leichten Süße des Teigs, der oft mit Honig oder Sirup serviert wird.

Herkunft: China
Kategorie: Dessert, Süßspeisen

Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
2 Banane(n)
200 g Weizenmehl
½ TL Backpulver
25 ml Öl als Gewürz
200 ml Wasser
30 g Honig
300 ml Öl zum Frittieren

Vorbereitung
Das Weizenmehl mit 200 ml Wasser, 25 ml Öl und 4 g Backpulver vermischen und daraus einen Brei machen. Die Bananen schälen und jeweils in 8 Stücke schneiden.

Zubereitung
Eine angemessene Menge Öl in einen Topf geben und bis etwa 120 Grad heiß werden lassen. Die Bananenstücke zuerst in den Brei geben und dann in das Öl legen, und so lange frittieren, bis sie eine hellgoldene Farbe bekommen, dann herausnehmen. Die frittierten Bananen mit Honig übergießen und servieren. Auf die Öltemperatur achten: Ist die Temperatur zu niedrig, könnte der Teig nicht voll ausgedehnt werden. Ist die Temperatur zu hoch, könnte die Banane leicht angebrannt werden.

© 2026 coquina.de