# Frozen Bananas

### Ingredienser




♥ 3 bananer
♥ 200 g melkesjokolade eller lys kokesjokolade
♥ kakestrøssel/hakkede nøtter
♥ 6 ispinner

### Fremgangsmåte

Dekk et brett eller lignende som passer i fryseren din med et stykke bakepapir.

Skrell bananene og del dem på midten. Sett en ispinne i hver banan-halvdel. Legg bananene på brettet og sett i fryseren et par timer.

Når bananene er frosne, smeltes sjokoladen (dette gjøres enklest i en skål i mikroen eller over vannbad). Ta bananene ut av fryseren og stryk smeltet sjokolade over en og en av dem, så hver av dem blir godt dekket av sjokolade. Hvis du vil pynte dem med strøssel eller hakkede nøtter, må du gjøre det med en gang og før sjokoladen begynner å stivne.

Legg bananene tilbake på brettet og sett i fryseren til også sjokoladen har stivnet helt. Legg de så i en plastboks eller lignende og oppbevar dem slik i fryseren.

Serveres rett fra fryseren!

### Tips

♥ Det er nødvendig å legge bananene på bakepapir, ellers vil sjokoladen komme til å stivne fast til brettet, så det blir vanskelig å løsne bananene fra brettet.

♥ Husk at du må være rask med å drysse strøssel/nøtter på de sjokoladedekkede bananene. Siden bananene er frosne, stivner sjokoladen nokså raskt når du smører den på bananene. Gjør ferdig en bananispinne av gangen med både sjokolade og strøssel før du begynner på neste.

♥ "Frozen Bananas" holder seg lenge i fryseren.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

---

**Source URL:** https://www.detsoteliv.no/oppskrift/frozen-bananas