



Miss Casserole

Soul Food Seeker

Παγωτό Μπανάνα-Φυστικοβούτυρο

Υλικά:

- 5 μπανάνες (ψιλωμένες κατά προτίμηση)
- 4 κουτ. σούπας φυστικοβούτυρο (μαλακό)
- 2 κτσ μέλι
- 50 ml γάλα καρύδας
- 100 γρ. κουβερτούρα
- 1 κουτ. σούπας φυστικοβούτυρο (μαλακό)
- 1 χούφτα φυστίκια αράπικα χοντροκομμένα
- 2-3 κτσ. μέλι εξτρά
- λίγα χοντροκομμένα φυστίκια και λίγη λιωμένη κουβερτούρα εξτρά (προαιρετικά για το σερβίρισμα)

Εκτέλεση:

- Καθαρίζεις τις μπανάνες, τις κόβεις σε ροδέλες, τις απλώνεις σε λαδόκολλα και τις καταψύχεις (εγω τυλίγω τη λαδόκολλα σε ρολό για να μην πιάνει χώρο στην κατάψυξη).
- Σε δυνατό πολυκόφτη με μεγάλο κάδο μπλεντάρεις πρώτα τις κατεψυγμένες μπανάνες (στην αρχή γίνονται χοντρά ψίχουλα)
- Τις βοηθάς να γίνουν πουρές προσθέτοντας το γάλα καρύδας και μία από τις κουταλιές του φυστικοβούτυρου και συνεχίζεις το μπλεντάρισμα.
- Προσθέτεις στη συνέχεια τις υπόλοιπες 3 κουτ. σούπας φυστικοβούτυρο και τις 2 κουτ. σούπας μέλι και συνεχίζεις το μπλεντάρισμα μέχρι να ομογενοποιηθούν. Μεταφέρεις το μείγμα σε μπωλ με τη βοήθεια μιας σπάτουλας.
- Λιώνεις στα μικροκύματα την κουβερτούρα, προσθέτεις την 1 κουτ. σούπας φυστικοβούτυρο και ανακατεύεις μέχρι να ομογενοποιηθούν. Προσθέτεις στο μείγμα του παγωτού την κουβερτούρα με το φυστικοβούτυρο, τις 2-3 κουτ. σούπας μέλι εξτρά και τα χοντροκομμένα φυστίκια και ανακατεύεις απαλά με την σπάτουλα.
- Συντηρείς στην κατάψυξη. Επειδή οι οικιακές καταψύξεις είναι δυνατές (-16/-18C), αφήνεις το παγωτό για δέκα λεπτά πριν το σερβίρισμα εκτός κατάψυξης για να μαλακώσει.
- Καλή επιτυχία!

BLOG PAGE:

[HTTPS://MISSCASSEROLLE.HOME.BLOG/2019/05/12/PEANUTBUTTER-BANANA-ICECREAM/](https://misscasserolle.home.blog/2019/05/12/peanutbutter-banana-icecream/)