

Gebackene Kochbananen (Fried Plantains)

Cookery Book, Presbyterian Church in Cameroon

- | | | |
|----|--------------------------|--|
| 10 | reife (!)
Kochbananen | schälen, der Länge nach durchschneiden oder in Scheiben. |
| | Salz | darüber streuen. In |
| | Öl | frittieren bis sie hellbraun sind.
Heiß servieren mit Rührei und/oder Tomaten- und Crayfish-
Soße. |

Geht sehr einfach, schmecken lecker! Geht auch mit weniger reifen Kochbananen, die Konsistenz und der Geschmack des Ergebnisses ist abhängig von der Reife.

Kann man auch zu allen „Soups“ essen.