

# Krokant gebakken banaan (pisang goreng)

Een recept wat iedereen wel kent: de gebakken banaan (in Maleisië en Indonesië: pisang goreng. In Suriname: *bakabana*). Ik kwam ze bijna overal wel tegen in Zuidoost-Azië in allerlei verschillende vormen en maten. Een heerlijk en simpel tussendoortje; super knapperig van buiten en lekker zacht van binnen. Oorspronkelijk at men de banaan eigenlijk altijd rauw. Tot daar in 1511 de Portugezen kwamen met hun 'bananenhapjes' die verloop van tijd



veranderde naar een banaan in beslag gedompeld en vervolgens krokant gebakken in olie.

Ik maak de gebakken banaan met een kleine twist; met panko en kokosrasp voor een extra lekker en krokant laagje om de banaan.

## Ingrediënten voor 4 stukken gebakken banaan:

- 2 bakbananen (gewone bananen kunnen ook prima. Gebruik er dan 3)
- 1 ei
- 100 gr bloem
- mespunt bakpoeder
- snuf zout
- 175 ml water
- handje panko
- handje kokosrasp

1. Zet een (frituur)pan met zonnebloemolie op 180°C.

2. Doe de bloem, het zout en bakpoeder in een kom. Voeg langzaam het water toe en roer goed met een garde tot je een pannenkoek-achtig beslag krijgt. Voeg het ei toe en roer nog even goed door.

3. Verwijder de schil van de banaan. Halveer de bananen.

4. Maak twee sneeën in de banaan op de plek waar je ze eerder hebt door gesneden. Snij voorzichtig door tot de plek waar de banaan smaller wordt. Zorg ervoor dat je 3 stukken krijgt die ongeveer even dik zijn maar nog wel aan elkaar zitten. Schuif deze stukken voorzichtig wat uit elkaar. Op deze manier creëer je meer oppervlakte (= meer knapperigheid uiteindelijk) en is de banaan eerder warm van binnen.

5. Voor 'de twist': Doe in een ander schaaltje een handje panko en kokosrasp (alleen panko kan ook).

6. Dompel een stuk banaan in het beslag en zorg ervoor dat ieder stukje banaan bedekt is. Leg 'm (na wat uitlekken) voorzichtig in het andere kommetje en draai een voorzichtig om in de panko en kokosrasp en zorg ook hier weer dat de banaan overal bedekt is.

7. Bak de banaan nu een paar minuten of tot goudgeel. Besprenkel nog wat met kokosrasp. Superlekker om ze gelijk op te eten, maar je kunt ze ook prima bewaren voor een later tijdstip. Smakelijk!

Foto's zijn gemaakt door [Tijn Schmitz](#).