

Bananes au caramel de fleur de coco

PRISCA MORJON



Préparation

5 min

Cuisson

5 min

Personnes

4

Ingrédients

4 bananes plantain mures
100g de sucre de coco
10 cl d'eau
Jus d'un demi pamplemousse
20g de beurre
Zeste de 2 citrons verts
Eau vinaigrée
Huile de friture

Préparation

Peler les bananes et les couper en tronçons de 2 cm. Faire frire 1 à 2 minutes et les égoutter. Les écraser et les plonger dans de l'eau vinaigrée. Egoutter de nouveau puis frire 3 minutes. Egoutter sur du papier absorbant. Réaliser un caramel au sucre de coco. Ajouter l'eau puis le jus de pamplemousse. Porter à ébullition et ajouter le beurre. Servir sur les bananes et ajouter le zeste de citron vert.

Bonne dégustation

Environ **1,00€** 
PAR PERSONNE