

# Bananes flambées



Ici, test avec une banane (trop mûre) !

**Ingrédients** – Convives : 2 Préparation : 5min – Cuisson : 5min



2 bananes



1 sachet de sucre  
vanillé



1 petit verre de  
rhum



2 noisettes de  
beurre



Option :  
Chocolat fondu

## Préparation

1. Eplucher les bananes et les couper en deux dans le sens de la longueur.
2. Faire chauffer du beurre dans une poêle.
3. Rajouter les bananes et les dorer de chaque côté quelques minutes.
4. Saupoudrer de sucre vanillé.
5. Faire chauffer le rhum jusqu'au début d'ébullition.
6. Arroser les bananes sucrées encore sur le feu.
7. Faire flamber, en arrosant les bananes avec une cuillère.
8. Lorsqu'il n'y a plus de flamme, servir chaud.

Option : Rajouter un filet de chocolat chaud fondu.

\* \* \* 08 décembre 2020 \* \* \*