

metro

Beignets de banane

Évaluer cette recette ☆☆☆☆☆ 0 Vote



4 PORTIONS | 0:30 PRÉPARATION | 0:15 CUISSON | 0:45 TEMPS TOTAL

Ingrédients

125 ml Farine
(1/2 tasse)

2 ml Soda à pâte
(1/2 c. à thé)

1 pincée Sel

10 ml Miel
(2 c. à thé)

1 Oeuf

90 ml Eau
(6 c. à soupe)

15 ml Graines de sésame
(1 c. à soupe)

Préparation

Mélanger la farine, le soda et le sel.

Fouetter le miel et l'oeuf. Ajouter l'eau.

Incorporer le mélange liquide au mélange sec

Ajouter le sésame. Bien mélanger.

Dans un wok, faire chauffer l'huile pour la friture à 160 °C / 325 °F.

Trancher les bananes en diagonale 1 cm (1/2 pouce) d'épaisseur.

Enrober de pâte à beignet et faire frire.

Egoutter sur un papier absorbant.

Mélanger le miel et l'eau de fleur d'oranger.

Servir les bananes encore chaudes avec le miel aromatisé.

Source : Chef José Trottier

Mentions légales

Metro Richelieu inc. , ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances

Qté suffisante huile végétale

déoulant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.

4 Bananes rouges

SAUCE :

30 ml Miel
(2 c. à
soupe)

1 Soupçon eau de fleur d'oranger, facultatif
