



BANANY W KARMELU

Składniki:

- 1 banan
- 2 łyżki brązowego cukru
- 1/2 szklanki śmietany kremówki 30%

Wykonanie:

- banana obrać ze skórki i przekroić na pół
- na rozgrzaną patelnię wsypać cukier i podgrzewać na niewielkim ogniu, aż cukier się skarmelizuje
- następnie na patelni położyć banana - najlepiej delikatnie otoczyć go w skarmelizowanym cukrze oraz wlać śmietanę
- podgrzewać na niewielkim ogniu (uważając, aby śmietana się nie przypaliła), aż banan będzie miękki

Przepis autorstwa Mistrza Kulinarneho Marcina Szukaja – Członka Zarządu EURO-TOQUES.

www.DietaBezglutenowa.pl