

## Bananes au four



Dessert **Facile**

**Pour** : 2 personnes

**Préparation** : 5 mn

**Cuisson** : 15 mn

*On ne peut plus simple et rapide, on ne peut plus gourmand !*

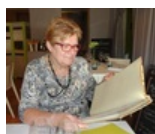
### Ingrédients

- 2 bananes
- des raisins secs
- du rhum

### Préparation

- 1 Préchauffer le four à 200°C (th.6-7). Faire macérer les raisins secs dans du rhum. Laver et essuyer les bananes.
- 2 Placer les bananes sans les peler dans un plat allant au four. Les cuire environ 15 minutes.
- 3 Sortir les bananes du four et les ouvrir sur le dessus avec la pointe d'un couteau.
- 4 Déposer sur la pulpe des bananes, les raisins secs macérés et du rhum.
- 5 Déguster à la petite cuillère.
- 6 Petits conseils : au réfrigérateur, j'ai toujours à ma disposition une boîte qui contient des raisins secs qui macèrent dans du rhum. C'est très pratique! Vous pouvez parfumer vos bananes avec d'autres ingrédients (nutella, confiture de lait, caramel au beurre salé, .....). Je vous laisse choisir en fonction de votre gourmandise....

Proposé par



#### La Guillaumette

La Guillaumette, c'est moi! une lorraine devenue charentaise à l'heure de la retraite. Une de mes passions est de mijoter de bons petits plats. Mais j'en ai bien d'autres. Venez à ma rencontre en visitant mon blog "**LA GUILLAUMETTE**". Ainsi, nous ferons connaissance.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

