

Beignets à la banane

Dessert



Note : 1

Portions :6 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :60 min

Temps de cuisson/repos :10 min

Calories par portion : 340.833 Kcal

Charge glycémique par portion: 40.761

Les ingrédients

- 1.0 cs Jus de citron
- 2.0 cs Rhum
- 0.5 u Sachet levure chimique
- 3.0 cc Cannelle
- 150.0 gr Sucre canne
- 125.0 gr Farine de blé
- 3.0 cl Huile d'arachide
- 10.0 cl Bière blonde
- 2.0 u Oeuf
- 3.0 u Banane

Préparation de la pâte à beignet

Dans un plat, tamisez la farine avec la levure et le sel.

Versez au centre les jaunes d'oeufs. Réservez les blancs pour la suite de la recette.

Ajoutez l'huile et mélangez de façon à obtenir une pâte lisse.

Incorporez la bière petit à petit.

Couvrez la pâte d'un linge et laissez reposer 1h à température ambiante.

Préparation des bananes

Épluchez les bananes.

Coupez les en rondelles et placez-les dans un plat creux.

Arrosez-les avec du jus du citron.

Mélangez le sucre et la cannelle. Versez-en les deux tiers sur les rondelles de bananes et arrosez de rhum.

Laissez macérer pendant 30 min.

Cuisson

Quand la pâte à beignets est prête, mettez à chauffer l'huile de friture.

Foutez les blancs d'oeuf en neige fermement et incorporez-les délicatement à la pâte.

Plongez les rondelles de bananes dans la pâte à beignets mousseuse et mettez-les à cuire 3 à 4 minutes par série de trois beignets dans la friture chaude, retournez les plusieurs fois. Égouttez-les au fur et à mesure sur du papier absorbant.

Présentation

Saupoudrez les beignets du reste de sucre à la cannelle au moment de servir.