

## ... SURTOUT LES ENCAS

RECETTE du MARDI 28 avril

### Bananes glacées au chocolat

*Ingrédients pour 4 personnes :*

- 2 bananes
- 100 g de chocolat noir (70 % ou plus)
- Fruits secs
- Noix



*PRÉPARATION : (15mn / cuisson 5mn)*

- Couper les bananes en deux, les piquer avec un bâtonnet puis placer au réfrigérateur.
- Couper le chocolat en fines tranches et faire fondre au bain marie, bien répartir ensuite sur les bananes.
- Parsemer de fruits secs et de noix puis placer au congélateur, entre 1 à 2 heures.

#### Notre conseil :

Pour un plus joli rendu, vous pouvez légèrement napper la chair des bananes de jus de citron afin qu'elles ne noircissent pas et conservent leurs belles couleurs.



**BON ENCAS de besoin uniquement !**