



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Les recettes de cuisines

---

## Grillade De Banane

Muz Kızartması



4 bananes de petite taille  
1 tasse de sucre  
Une demi-tasse d'eau  
1 cuillère à soupe de beurre  
1 morceau de citron  
1 cuillère à café de zeste de citron

- # Épluchez les bananes, coupez en 4 morceau en largeur et en longueur. Versez du jus de citron dessus pour qu'elle noircie pas.
- # Mettez dans une petite casserole, du sucre granulé, de l'eau et du beurre puis laissez bouillir le mélange à basse température.
- # Rajoutez du zeste de citron puis laissez bouillir encore 5 minutes.
- # Rajoutez dans le mélange, les morceaux de bananes qui sont dans le jus de citron.
- # Laissez cuire à basse température de façon à ne pas ramollir les bananes. (15 minutes)
- # Sortez de façon tiède dans une assiette. Versez un peu de d'huile sucré puis servez.

N-B: Vous pouvez remplacer le zeste de citron par du zeste d'orange.