

OÙ NOUS CULTIVONS LE *bien-être*

Banane caramélisée sur brioche et mascarpone

QUANTITÉ: 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS:

- Beurre : 30 g
- Sucre roux : 30 g
- Tranches de pain brioché : 4 unités (120 g)
- Bananes mûres : 2 unités (250 g)
- Mascarpone : 100 g
- Miel ou sirop d'érable : 2 cuillères à soupe (30 ml)
- Cannelle moulue et muscade râpée à votre convenance

Préparation:

1. Griller légèrement les tranches de brioche.
2. Dans une poêle, faire fondre le beurre, ajouter le sucre et faire caraméliser les bananes coupées en rondelles.
3. Dresser les bananes chaudes sur les tranches de brioche. Ajouter du mascarpone sur chaque portion et arroser de sirop d'érable ou de miel.
4. Facultatif : saupoudrer de cannelle ou de muscade.



Valeur nutritionnelle approximative (par portion):

320 kcal | 6 g protéines | 14 g lipides | 40 g glucides | 3 g fibres