

Clafoutis de Banano con Ron y Vainilla

CANTIDAD: 4 PORCIONES

INGREDIENTES:

- Bananos maduros: 2 unidades (250g)
- Huevos: 3 unidades (150g)
- Leche entera: 250ml
- Azúcar moreno: 60g
- Harina de trigo: 60g
- Mantequilla sin sal derretida: 30g
- Ron oscuro: 15ml
- Extracto de vainilla: 1 cucharadita (5ml)
- Sal: 1 pizca
- Mantequilla extra para engrasar el molde



Preparación:

1. Precalentar el horno a 180°C.
2. Engrasar una fuente para horno (20cm).
3. Cortar los bananos en rodajas y distribuir sobre el molde.
4. En un bol, mezclar los huevos con el azúcar, agregar la harina tamizada, leche, ron, vainilla, mantequilla derretida y sal.
5. Verter sobre los bananos.
6. Hornear por 35-40 minutos hasta que esté firme y dorado.
7. Dejar enfriar y espolvorear con azúcar glass (opcional).



Valor nutricional (aprox. por porción):

290 kcal | 7g proteínas | 12g grasas | 36g carbohidratos | 3g fibra