



BANANES A LA COQUE

Il faut :

- 1 banane pas trop mûre
- 1 cuillère à soupe rase de cassonade
- 1 petite pincée de cannelle
- 1 petite pincée de curry doux
- 1 petite pincée de thé vert

Préchauffer le four à 180°. Couper la banane en quatre tronçons égaux.

Disposer les tronçons sur un plat allant au four et les saupoudrer de cassonade. Ajouter une pincée d'épice différente sur chaque tronçon.

Cuire pendant 7-8 minutes, laisser tiédir et déguster à la petite cuillère.