



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **10 perc**



Elkészítés: **25 perc**



Répási Eszter



BANÁNFLAN

Ízletes desszert, melyben tökéletesen felhasználhatja a túlérett banánt.

HOZZÁVALÓK

2 banán
4 félszíros tej

1 kinyomott narancs
3 cukor

1 rum
ALLERGÉNEK
Gluténmentes

Laktózt tartalmaz
Tojást tartalmaz
tojás

- 1 Hámozza meg a banánt, és vágja ketté hosszában, majd az egyes darabokat további két részre.
- 2 Pirítsa egy percre mindkét oldalon teflonserpenyőben.
- 3 Flambírozza rummal, majd öntse rá a narancslét. Hagyja továbbfőni egy percre.
- 4 Keverje össze egy salátástálban a tojást, a tejet és a cukrot. Adja hozzá a banánok főzőlevét.
- 5 Tegye ki két kis tálra a banándarabokat, és öntse rá az összekevert hozzávalókat.
- 6 Tegye a tálat meleg vízzel töltött sütőlapokra úgy, hogy aljuk legyen víz alatt, és süssse a sütőben 170 °C-on (5/6 fokozaton).
- 7 Úgy ellenőrizheti, hogy az egyik flan közepébe egy kés hegyét beleszúrja, és akkor jó, ha ez száraz marad.
- 8 Szolgálja fel langyosan.



Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!

