

Milk-shake exotique



4 personnes



Traditionnel



Plat annuel



Économique



15 minutes



7 minutes



Facile

INGREDIENTS

1 banane	1 petit verre de lait
1 papaye	3 boules de glace vanille
1 mangue	75 gr de sucre
3 feuilles de gélatine	10 cl de jus d'ananas

MATERIEL NECESSAIRE

4 verrines	1 blender
------------	-----------

PREPARATION ET REALISATION

1- Eplucher et tailler la mangue et la papaye en petits dés. Dans une poêle faire chauffer le sucre à sec au quand il devient caramel ajouter les fruits. Mélanger et verser le jus d'ananas. Cuire à feu doux 7 min.
2- Ramollir la gélatine dans de l'eau froide et l'ajouter ensuite aux fruits. Répartir dans le fond des verrines et réserver au frais.
3- Au moment de servir, couper la banane en morceaux et les mettre dans le blender avec le lait et la glace. Mixer et verser dans les verrines sur les fruits.

CONSEILS ET ASTUCES

On peut utiliser de la glace coco et ajouter un trait de rhum aux fruits..

Alice Délice

