

## *Bananes Piquées au Rhum et Grillées à la Plancha*

**Nombre de personnes: 4**

**Temps de préparation: 25 minutes**

### **Ingrédients:**

- BANANE(S)	4
- RHUM	4 x 5-6 ml (Agricole)
- CANNELLE	un peu
- SUCRE DE CANNE	un peu
- GLACE VANILLE	4 boules

### **Recette:**

- Injectez le rhum dans les bananes (à travers la peau) à l'aide d'une seringue et d'une aiguille.
- Préchauffez la plancha.
- Faites-y griller les bananes entières avec la peau. Retournez-les régulièrement.
- Lorsqu'elles s'attendrissent, entaillez-les sur toute la longueur et écarterez légèrement. Saupoudrez de cannelle et de sucre de canne. Retournez-les 5 secondes sur la plancha.
- Servez aussitôt et accompagnez d'une boule de glace vanille.

