

FLAN DE BANANES A L'ORANGE

RECETTE N°692

NOTATION

- Prix : 6/10
- Difficulté : 5/10
- Originalité : 4/10

NOMBRES DE PERSONNES

- Pour 6 personnes

TEMPS DE REALISATION

- Préparation : 20 minutes
- Cuisson : 45 minutes

INGREDIENTS NECESSAIRES

- 3/4 de litre de lait
- 7 oeufs
- 1 kg de bananes
- 150 g de sucre roux
- 2 oranges
- vanille

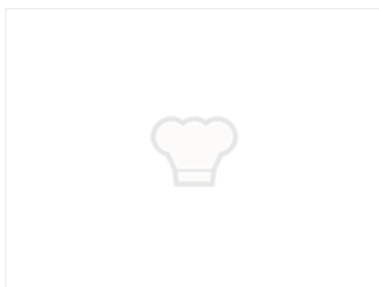
MATERIELS INDISPENSABLES

- gant protection
- casserole
- terrine
- moule à manqué
- plat de service
- mixeur
- râpe
- fourchette
- fouet

COMMENTAIRES

[Lire les commentaires](#)

PHOTOS



7 ETAPES A SUIVRES

01. Mettre le lait à bouillir avec une gousse de vanille fendue en deux ou un sachet de sucre vanillé.
02. Eplucher les bananes et les réduire en purée au mixer (ou les écraser finement à la fourchette).
03. Ajouter le sucre roux et le zeste d'une orange finement râpé sur une râpe à épices.
04. Dans une terrine, battre les oeufs entiers tout en incorporant peu à peu et successivement la purée de bananes sucrée, puis le lait tiède.
05. Verser le mélange dans un moule à manqué (ou un grand moule à charlotte) à revêtement anti-adhésif et poser celui-ci dans un plat à four rempli aux 3/4 d'eau chaude.
06. Porter le tout au four préchauffé (thermostat 51 /2) et laisser cuire 45 mn (l'eau du bain-marie ne doit jamais bouillir, simplement frémir).
07. Laisser tiédir le flan avant de le démouler sur le plat de service, et le garnir à volonté de rondelles d'oranges et de bananes arrosées de rhum.

NOTES PERSONNELLES
