



Mousses

Mousse de banane



6h20	20 min	0	6h	342
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Étape 1

Préparation de la compote

- 1 Faire tremper les feuilles de gélatine dans un bol rempli d'eau froide.
- 2 Eplucher les bananes et les couper dans le sens de la longueur.
- 3 Faire fondre le beurre dans une poêle, ajouter les bananes. Laisser dorer à feu modéré 5 minutes de chaque côté. Ajouter le sucre et laisser cuire 2 minutes de plus.
- 4 Mixer les bananes cuites afin d'obtenir une compote. Verser dans la casserole sur feu doux.
- 5 Presser la gélatine entre ses mains et l'ajouter à la compote de banane. Mélanger quelques instants au fouet, puis stopper la cuisson. Laisser refroidir avant d'incorporer la crème fouettée.
- 6 Laisser refroidir avant d'incorporer la crème fouettée sinon cette dernière retomberait.

4 Banane(s)

200 ml **Crème liquide (fleurette)**

50 g **Sucre semoule**

20 g **Beurre**

6 g **Feuille de gélatine**

Étape 2

Préparation de la crème fouettée

- 1 Monter la crème fluide avec un batteur pendant 5

minutes. Elle doit être bien ferme.

Étape 3

Dressage

- 1** Lorsque la compote de banane est froide, incorporer délicatement la crème fouettée.
- 2** Verser la mousse dans des ramequins individuels et placer au frais au moins 6 heures avant de déguster bien frais.