

*Desserts glacés*

# Bananes rôties à la vanille et aux épices, glace au pain d'épices


**2h25**

TEMPS TOTAL

**1h10**

PRÉPARATION

**1h15**

CUISSON

**0**

REPOS

**442**

CALORIES

 Ingrédients  
pour 4 personnes

**Ingrédients pour les  
bananes**

 8 **Banane(s)**  
20 g **Beurre**
**Ingrédients pour le sirop**

 150 g **Sucre semoule**  
15 cl **Eau**  
40 g **Raisins secs**  
30 g **Gingembre frais**  
1 unité(s) entière(s)  
**Gousse(s) de vanille**  
1 **Anis étoilé**  
1 unité(s) entière(s) **Bâton  
de cannelle**
**Ingrédients pour la glace  
au pain d'épice**

 25 cl **Lait entier**  
25 cl **Crème liquide  
(fleurette)**  
5 unité(s) entière(s)  
**Jaune(s) d'oeuf**
**Étape 1**

## Préparation de la glace

- 1 Préchauffer le four sur la position air pulsée à 100°C (Th.3).
- 2 Déposer les tranches de pain d'épices sur une grille, les faire sécher au four pendant 1 heure.
- 3 Dans un saladier, verser les jaunes d'oeufs et le sucre. Blanchir les jaunes en mélangeant à l'aide d'un fouet.
- 4 Verser le miel dans les oeufs blanchis et mélanger.
- 5 Verser les épices à pain d'épices et mélanger de nouveau au fouet.
- 6 Verser le lait et la crème dans une casserole, faire chauffer sur feu moyen.
- 7 Lorsque le lait est chaud, le verser dans le saladier contenant le mélange avec les jaunes d'oeufs tout en remuant au fouet.
- 8 Remettre le mélange dans la casserole, faire cuire sur feu doux en remuant à l'aide d'une cuillère en bois.
- 9 La crème est cuite lorsque sa température atteint 82°C. Sans thermomètre, vérifier la cuisson en traçant un trait avec le doigt sur la spatule nappée de crème. Si le trait

reste, elle est cuite.

- 10 Débarrasser la crème dans un saladier froid et déposer ce dernier dans un autre saladier d'eau glacée légèrement salée.
- 11 Remuer pendant quelques minutes pour faire refroidir la crème. Bien faire refroidir la crème avant de la verser dans la sorbetière.
- 12 Après 1 heure, sortir le pain d'épices du four, le débarrasser sur une grille à pâtisserie.
- 13 Sortir le récipient de la sorbetière, verser la crème. Faire tourner la sorbetière.
- 14 A l'aide d'un pilon et d'un mortier, écraser grossièrement les tranches de pain d'épices en poudre tout en gardant quelques morceaux. Emietter les tranches une à une. Réserver dans un bol.
- 15 Débarrasser la glace de la sorbetière, la verser dans un saladier glacé à l'aide d'une maryse. Verser la moitié de la poudre de pain d'épices dans la glace et mélanger avec une maryse.
- 16 Couvrir de film alimentaire et réserver au congélateur.

50 g **Miel**  
50 g **Sucre semoule**  
5 g **Epices à pain d'épices**

**Ingrédients pour la poudre de pain d'épice**

50 g **Pain d'épices**

## Étape 2

### Préparation du sirop

- 1 Couper le gingembre en tranches avec un couteau d'office sans l'avoir préalablement épluché. Réserver dans un bol.
- 2 Déposer le bâton de cannelle et la badiane dans le bol.
- 3 Fendre la gousse de vanille dans la longueur et gratter avec la lame d'un couteau pour récupérer les graines. Réserver les gousses et les graines dans le bol.
- 4 Verser toutes les épices, les raisins secs, le sucre et l'eau dans une casserole.
- 5 Porter à ébullition puis laisser réduire pendant quelques minutes. Puis débarrasser le sirop dans un saladier pour laisser infuser.

## Étape 3

### Préparation des bananes rôties

- 1 Ôter les extrémités des bananes préalablement lavées avec un couteau d'office. Les couper en deux dans la longueur, les réserver sur une assiette.
- 2 Faire chauffer une poêle avec du beurre. Lorsque le beurre devient noisette, déposer les bananes dans la poêle côté chair.
- 3 Lorsqu'elles sont dorées d'un côté, les retourner côté peau. Les bananes doivent cuire pendant 2 à 3 minutes de chaque côté.
- 4 Déglacer les sucs de cuisson en versant le sirop aux épices. Avec une cuillère à soupe, arroser les bananes de sirop. Débarrasser les bananes sur une assiette.

## Étape 4

### Dressage

- 1** Sortir la glace du congélateur. Disposer harmonieusement les bananes sur une assiette de dressage, décorer avec les épices et raisins contenus dans le sirop.
- 2** Déposer un petit tas de chapelure de pain d'épice sur l'assiette, dresser une quenelle de glace dessus.
- 3** Décorer avec une gousse de vanille, verser un peu de sirop sur l'ensemble du plat avant de servir.