

Glaces

Glace au lucuma


1h05

TEMPS TOTAL

5 min

PRÉPARATION

0

CUISSON

1h

REPOS

329

CALORIES

 Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la glace

3 **Banane(s)**
 120 g **Purée de noisettes**
 90 ml **Lait d'amande**
 60 g **Poudre de lucuma**

Ingrédients pour le dressage

1 **Vanille en poudre**

Étape 1

Préparation des bananes

- 1 Poser une feuille de papier sulfurisé sur le plan de travail.
- 2 Le papier sulfurisé joue un rôle anti-adhérent et permet de décoller plus facilement les rondelles de banane une fois congelées.
- 3 Peler les bananes, les couper en rondelles et les déposer sur le papier sulfurisé.
- 4 Si le mixeur est peu puissant, il est préférable de couper des rondelles fines et de faire en sorte qu'elles ne se collent pas entre elles pendant la congélation.
- 5 Placer la feuille de papier sulfurisé au congélateur pendant au moins une heure.
- 6 Si les bananes ne sont pas assez congelées, on obtiendra une consistance de crème plutôt que de glace.

Étape 2

Réalisation de la glace

- 1 Sortir les bananes du congélateur, les verser dans le mixeur.

- 2 Si le mixeur n'est pas assez puissant, attendre quelques minutes que les rondelles de banane ramollissent un peu avant de les mixer.
- 3 Ajouter dans le mixeur la crème de noix de cajou.
- 4 Ajouter la poudre de lucuma.
- 5 Verser le lait d'amande. Mixer.
- 6 Si les bananes ont du mal à se mixer, ajouter un peu de lait.
- 7 Si le mixeur patine un peu, ouvrir et remuer la glace à l'aide d'une spatule. Puis mixer à nouveau jusqu'à obtention d'une texture crémeuse.

Étape 3

Dressage

- 1 Servir la glace dans des coupelles.
- 2 Saupoudrer d'un peu de vanille en poudre. Déguster.