



Ramequin de banane au tapioca et carré de chocolat-pistache

Ramequin de banane au tapioca (pour 4 personnes)

- 80 cl de lait entier
- 50 g de miel de fleurs liquide
- 1 gousse de vanille bourbon
- 60 g de tapioca
- 3 oeufs
- 2 bananes mûres
- 8 c à s de coulis de mangue

Préparation :

- 1/ Préchauffez votre four à 180°C.
- 2/ Dans une casserole, faites bouillir le lait avec une pincée de sel, le miel et la gousse de vanille fendue en deux.
- 3/ Lorsque le lait arrive à ébullition, versez le tapioca en pluie en mélangeant bien. Laissez cuire pendant +/- 15 minutes. Remuez bien pendant la cuisson.
- 4/ Pendant ce temps, cassez les oeufs dans un saladier et battez-les en omelette. Epluchez les bananes et coupez-les en dés.
- 5/ Lorsque la semoule est cuite, versez-la dans les œufs en omelette en mélangeant vivement pour éviter des grumeaux. Ajoutez ensuite les dés de bananes.
- 6/ Répartissez le mélange œufs, tapioca et lait dans des ramequins individuels et cuisez au four pendant +/- 15 minutes.
- 7/ Le flan est cuit lorsque la pointe du couteau que vous plantez dedans en ressort sèche. Servez avec un coulis de mangue.

Carré chocolat-pistache (pour 4 personnes)

- 80 g de chocolat noir
- 60 g de pistaches
- 1 c à s de vanille liquide
- 60 g de beurre doux
- 2 oeufs entiers
- 200 g de sucre fin
- 60 g de farine



Préparation

- 1/ Faites fondre le chocolat à feu doux avec le beurre.
- 2/ Concassez les pistaches.
- 3/ Dans un saladier, faites blanchir les oeufs avec une pincée de sel et le sucre.
- 4/ Ajoutez ensuite le chocolat fondu et la vanille.
- 5/ Ajoutez ensuite la farine en pluie et terminez avec les pistaches concassées.
- 6/ Versez la préparation dans un moule carré de +/- 22 cm, habillé d'une feuille de papier gras.
- 7/ Faites cuire +/- 25 minutes dans un four préchauffé à 170°C.
- 8/ Saupoudrez de sucre glace. Servez froid, coupés en petits carrés.

Regardez la préparation en vidéo :

http://www.rtb.be/tv/emission/detail_ramequin-de-banane-au-tapioca-et-carre-de-chocolat-pistache?id=8176403&emissionId=5931