



# Bananes au citron vert

## à la cardamome

Pour 10 personnes

---

### INGRÉDIENTS

---

10 bananes  
120 g de sucre  
220 ml d'eau  
3 citrons verts  
40 g de cardamome  
**Astuce**  
50 ml rhum  
500 g yaourt à la vanille

---

### MODE DE PRÉPARATION

---

- Verser le sucre et l'eau dans une casserole. Chauffer doucement jusqu'à la dissolution du sucre. Versez le sirop obtenu dans un plat creux et laissez-le refroidir.
  - Rapper finement le zeste des citrons verts au-dessus de sirop puis ajouter le jus de citron vert pressé et la cardamome.
  - Peler, puis couper les bananes en fines rondelles. Ajouter les rondelles au sirop citronné et les laisser mariner 1 heure au réfrigérateur avant de servir.
  - Servir les bananes dans des coupelles et les napper de 2 cuillerées à soupe de sirop.
- **Astuce**  
Mélangez 50 ml de rhum dans la sauce. Servir avec un yaourt à la vanille.

