



Collations

Plats d'accompagnement

Roulades lard-banane

Pour 4 personnes.

Ingrédients

5 tranches de lard fumé (coupées en deux dans la longueur)

4 cuillères à soupe de sauce soja

1 cuillère à soupe de miel

2 bananes (mûres)

Méthode de préparation

Epluchez les bananes et coupez chacune en 5 morceaux. Mélangez le miel avec la sauce soja et faites-y mariner les morceaux de banane durant 30 minutes.

Enveloppez chaque morceau dans une demi-tranche de lard et fixez avec un cure-dents. Badigeonnez avec le reste de la marinade et posez-les une dizaine de minutes sur le barbecue jusqu'à ce que le lard soit délicieusement croquant. Retournez-les régulièrement.

Ustensiles de cuisine

Cure-dents

Barbecue

