



Une recette Le Chef C'est Vous ! Bon Appétit !

TEMPS DE PREPARATION: 25mn

CRÊPES A LA BANANE & AU CHOCOLAT

INGREDIENTS:

4 crêpes (voir pâte à crêpes)
2 bananes
20 g de beurre
20 g de cassonade
100 g de chocolat noir
20 cl de crème liquide

METHODE :

Les crêpes sont depuis toujours un grand moment de convivialité, que ce soit à la « Chandeleur » ou bien simplement en famille le dimanche, la banane et le chocolat ne font qu'en rajouter...résister devient vite un supplice !

Une fois la pâte à crêpes réalisée, laissez reposer pendant deux heures environ au réfrigérateur. Ensuite, réalisez 4 crêpes que vous laissez de côté. Poursuivez en épluchant les bananes que vous couperez en rondelles. Faites fondre le beurre dans une poêle, ajoutez les bananes coupées et saupoudrez de cassonade. Laissez caraméliser à feu doux pendant 6 à 8 mn en remuant délicatement de temps à autre à l'aide d'une cuillère en bois. Répartissez les bananes caramélisées sur vos crêpes (sur la moitié), puis roulez-les sur elles-mêmes. Déposez vos crêpes à la banane dans un plat beurré et mettez le tout dans un four préchauffé à 180 °C (Th. 6) pendant 10 mn. En attendant, réalisez la sauce au chocolat. Pour cela, faites fondre le chocolat au bain-marie ou au micro-ondes (progressivement à 500W), puis ajoutez la crème que vous aurez chauffée à feu doux. Mélangez l'ensemble avec un fouet. Déposez vos crêpes chaudes sur des assiettes à dessert. Versez un filet de sauce au chocolat sur le dessus et servez aussitôt.

Simple, délicieux, renversant...les adjectifs ne manquent pas ! Si vous invitez du monde pour passer un moment conviviale, n'hésitez pas à augmenter les doses...une crêpe par personne risque de ne pas suffire. Normal, puisque le Chef c'est vous !