

---

# Suflet bananowy

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2206 razy.

Porcja dla 4 osob.    Czas przygotow. 55 min.

4 banany,

100 ml mleka,

2 jaja,

1 bialko,

30 g masla,

60 g cukru,

1 lyzka maki,

1/2 laski wanilii,

25 ml rumu,

szczypta soli.

1. Banany umyc w cieplej wodzie, obrac, przetrzec przez sito.

2. W garnku zagotowac mleko z 35 g cukru, szczypta soli i wanilia. Po zagotowaniu wyjac wanilie. Dodac 1 lyzke maki wymieszana z 3 lyzkami zimnego mleka, gotowac na malym ogniu 2 min. Wlozyc przetarte banany, wymieszac, zdjac

z ognia, wlac rum.

3. Forme sufletowa wysmarowac maslem, wysypac w srodku cukrem. Ogrzac piekarnik do temp. 200żC.

4. W misce rozetrzec 2 zoltka z maslem. Dodac do masy bananowej, dobrze wymieszac. 3 bialka ubic na sztywna piane. Pod koniec ubijania dodac 25 g cukru.

Polaczyc z masa bananowa, delikatnie wymieszac, przelozyc do formy, piec

30 min.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 24 "Naleśniki, omlety i suflety", strona 60.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)