



Bron: [Amanprana.eu](https://amanprana.eu) | Chef: 2 | ©2

Friture de bananes au COCO

Ingrediënten

- 4 bananes
- Un œuf
- 100 g de farine de coco Amanprana
- 100 g de noix de coco râpée
- Huile de coco extra vierge Amanprana pour friture

Extra info

Recept geschikt voor:

4 personen

Moeilijkheid:



Vorbereidingstijd:

minuten

Bereidingstijd:

15 minuten

Totale bereiding:

15 minuten

Gebruikte producten

De **Amanprana producten** die gebruikt zijn bij het maken van friture de bananes au coco

Bereiding

Faites chauffer l'huile de coco à 160°C. Disposez la farine, l'œuf battu et la noix de coco râpée sur trois assiettes différentes. Pelez les bananes et coupez-les en deux. Roulez chaque ½ banane d'abord dans la farine (enlevez l'excédent), puis dans l'œuf et enfin dans la noix de coco râpée (retirez également délicatement l'excédent). Faites frire 3 à 4 demi-bananes à la fois, sortez-les de l'huile lorsqu'elles sont mordorées et laissez-les égoutter sur un essuie-tout avant de servir.

Speciale wensen

- Végétarien
- Sans gluten
- Sans lactose
- Faible teneur en glucides