



Patacones



Ingrédients:

- 1 banane plantain verte
- Huile de canola

Préparation:

- 1- Couper la banane plantain en rondelles en s'assurant d'enlever la pelure.
- 2- Mettre les rondelles dans l'huile chaude 5 secondes.
- 3- Écraser les rondelles de banane à l'aide du dessous d'un bol.
- 4- Remettre les rondelles dans l'huile pour dorer les deux cotés du patacone. Environ 2 minutes de chaque côté.
5. Déguster.

