

# **RECETAS DE HAITI**



#### BANANA AL ZUMO DE NARANJA

#### **Ingredientes**

- 4 bananas
- 4 naranjas
- 2 limones
- 125 g de azúcar
- Un copo de manteca





### Preparación

- 1. Se enmanteca una cazuela térmica.
- 2. Se pelan las bananas y se cortan en rodajitas.
- 3. Se pelan dos naranjas, se cortan en rodajas.
- 4. Se exprime la pulpa de las naranjas restantes y de los limones y se deja aparte el zumo.
- 4. Se colocan en la cazuela las rodajitas de banana; posteriormente colocamos las naranjas cortadas en rodajas encima de los plátanos, se espolvorea con el azúcar y se rocía con el zumo que se había apartado.
- 5. Se introduce el recipiente en el horno a calor moderado y se deja hasta que la superficie se coloree ligeramente.



# PLÁTANO FRITO HAITIANO

# **Ingredientes:**

- 3 plátanos maduros
- 1 cucharada de harina
- 1/2 cucharadita de canela en polvo
- 1/2 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 cucharada de azúcar
- 1/8 cdta de bicarbonato de soda
- Azúcar (opcional)



#### Receta

- 1. Mezclar la harina, azúcar, vainilla y canela en un recipiente, pasar los plátanos por esta mezcla y freír en aceite bien caliente, hasta dorar.
- 2. Escurrir sobre papel absorbente y servir espolvoreando azúcar por encima.

