

Ekvádorské banány

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- Margarín 3 lžíce
- Nasekané ořechy 1.5 hrst
- Banány 2 ks
- Strouhaný kokos 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Smažení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Na margarínu opražíme nahrubo posekané ořechy.

Po chvíli do pánve přidáme oloupané, na polovinu podélně rozkrojené banány. Smažíme asi 2 minuty. Podlijeme malým množstvím vody, banány v ní podusíme asi 3 minuty a potom na mírném ohni necháme vodu odpařit.

Banány s ořechy opatrně vybereme.

Podáváme posypané kokosem.