

グリルドフルーツ

バナナやパイナップルを焼く！

ちょっと不思議だけど、焼いたフルーツはとても甘い。いい香りのソースで仕上げ、熱いうちに食べよう。

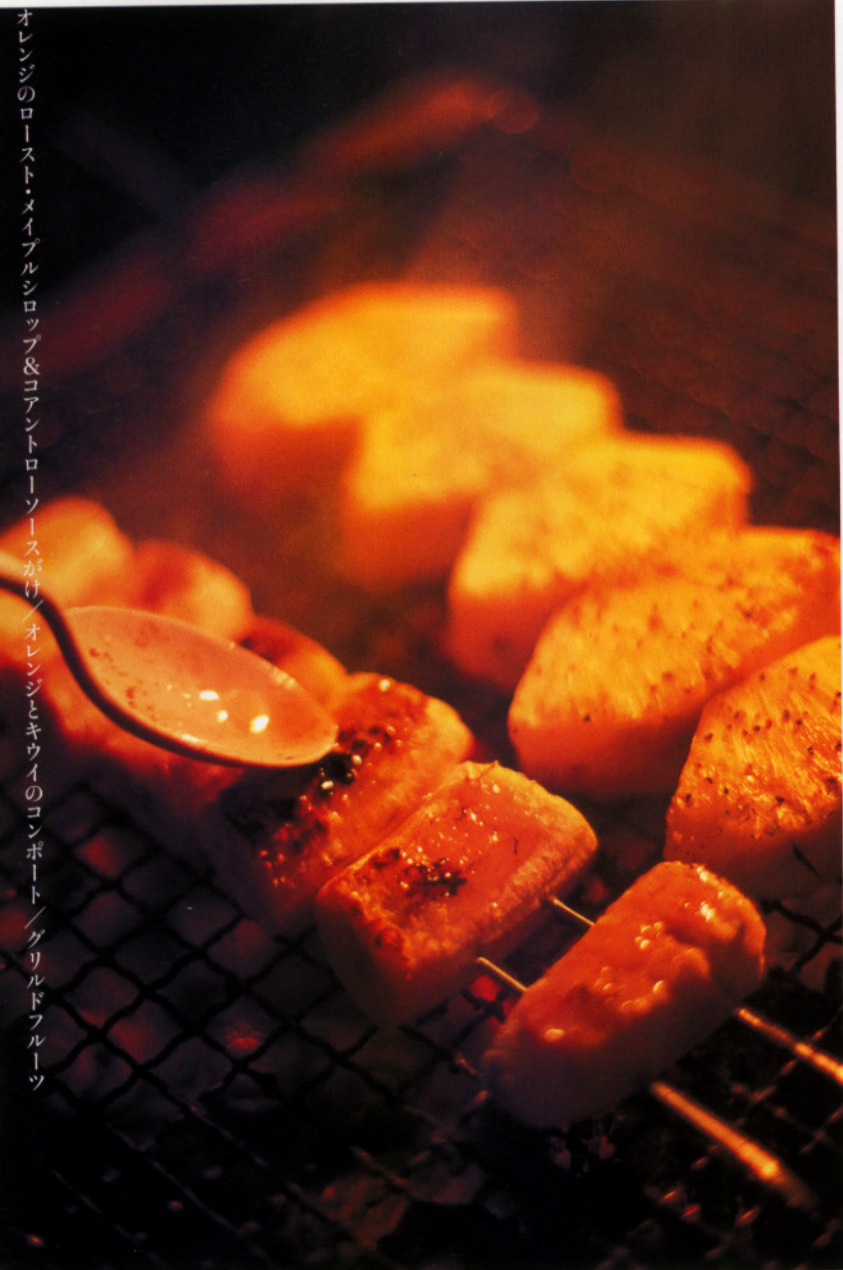
作り方

- 1 バナナのソースを作る。熱した鍋でバターを溶かし、ラム酒、ハチミツを入れて溶かす。最後にシナモンパウダーをふり入れる
- 2 パイナップルのソースを作る。ポウルに少し温めたココナッツミルク、ハチミツをいれてよく混ぜる
- 3 バナナの皮をむき、1/4にカットし串に刺し、焦げ目がついたら①のソースをかけながら焼く

材料

- バナナ 2本
- パイナップル 1/2個
- ブラックペッパー 適宜
- 【バナナのソース】
バター 30g
- ラム酒 大さじ2
- ハチミツ 大さじ2
- シナモンパウダー 適宜
- 【パイナップルのソース】
ハチミツ 大さじ2
- ココナッツミルク 大さじ2

- 4 パイナップルは皮をむいて芯を取り、3cmくらい厚めにカットしブラックペッパーをふる
- 5 串に刺し、焦げ目がついたら②のソースをかけながらさらに焼く



ブラックペッパーはパイナップルの甘さをきりりと引き締める。ラム酒は熱することで、アルコール分がとんで、香りと甘みだけが残るので、子供でも大丈夫

