

# Budinca de clatite cu cacao, banane, rom si miere



O budinca extraordinar de gustoasa aceasta budinca de clatite cu cacao, banane, rom si miere!!!

Se poate servi fierbinte sau rece, cum am facut noi, cu un mot de frisca, cu inghetata sau sos de ciocolata.

Cele mai gustoase clatite de „ciocolata” ☐

La fel de gustoasa si cu bucati de ananas din conserva, taiat cubulete.

## **Ingrediente pentru 8 portii:**

- 1 cantitate de compozitie de **clatite cu cacao**

### **Pentru umplutura:**

- 8 banane, taiate rondele
- 3 linguri rom
- 1 lingura zahar
- 1/2 portocala, zeama si coaja rasa

### **Pentru sosul de miere:**

- 50 g unt
- 25 g faina
- 300 ml lapte
- 2 linguri miere
- 15 g fulgi migdale sau cocos (mai ales daca alegeti sa faceti varianta cu bucatele de ananas)

### **Pentru sosul de ciocolata (optional)**

- 200 g ciocolata cu lapte sau amaruie
- 100 ml smantana pentru frisca

Aici aveti budinca refacuta:





*Laura Sava*



*Laura  
Sava*



...iar aici aveti atat pozele vechi cat si modul de preparare ☐

Primul pas consta in prepararea clatitelor de cacao, dupa reteta de mai sus:



Incalziti cuptorul la semnul 5 sau 180 grade C (foc potrivit). Taiati bananele rondele:



Amestecati intr-un vas bananele, romul (esenta de rom), zaharul si zeama de portocale si turnati „sosul” peste bucatile de banane:



Intindeti clatitele pe masa si puneti umplutura in parti egale pe fiecare clatita:



Rulati clatitele si taiati-le in bucati de 2,5 cm lungime:



Aranjati bucatile de clatite intr-un vas termorezistent, tapetat in prealabil cu unt:





Pentru sosul alb, incalziti untul intr-o tigaie, adaugati faina si prajiti 1 minut, amestecand incontinuu. Luati apoi tigaia de pe foc si adaugati laptele treptat, amestecand bine. Puneti tigaia inapoi pe foc, lasati sa dea in clocot, amestecand bine si lasati sa fiarba la foc mic 2 minute, pana se ingroasa sosul. Lasati sa se raceasca, apoi adaugati mierea, amestecand bine. Turnati sosul peste clatite, presarati coaja de portocala si fulgii de migdale (pe care eu nu le-am mai pus). Bagati vasul in cuptor si coaceti 12-15 minute, pana se rumenesc migdalele.

Sfat: mierea se poate pune doar la sfarsit, dupa ce ati scos budinca din cuptor.

Daca vreti sa le serviti cu sos de ciocolata, topiti la bain-marie ciocolata si frisca (nebatuta), lasati 2-3 minute sa se raceasca si apoi turnati deasupra budincii sau direct in farfurie.



Detaliu:

