

# Helado de plátano frito con miel



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Monónimo



**Tiempo:** + de 2 horas

**Dificultad:** Intermedia

**Tipo de plato:** Postre

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Económico

**Descripción:**

## Ingredientes para 4 personas :

- 550 g de plátanos maduros
- 75 g de mantequilla
- 100 g de azúcar
- 40 g de miel
- 200 ml de leche
- 15 g de leche en polvo
- 80 g de nueces

## Preparación:

### Paso 1

Pela los plátanos y córtalos en rodajas no muy finas, pon la mantequilla en una sartén a calentar y cuando se haya fundido, fríe los plátanos hasta que estén tiernos. En ese momento incorpora la miel, deja un par de minutos más y retira del fuego. Tritura los plátanos con todo el jugo que hayan desprendido y añade la leche y la leche en polvo. Tritura hasta obtener una crema fina y homogénea. Pasa este preparado a un recipiente con tapa hermética e introdúcelo en el congelador. Deberás sacarlo para batirlo cada hora aproximadamente durante su congelación. Mientras tanto, prepara un caramelo con el azúcar, ponlo en un cazo al fuego (medio-bajo), estará listo cuando tenga un color dorado oscuro. Antes de retirarlo del fuego incorpora las nueces previamente peladas y troceadas, caramelízalas bien y viértelas sobre papel vegetal para dejar que se enfrien. Si las nueces se quedan muy pegadas por el caramelo, cúbre las con otra lámina de papel vegetal y golpea con la mano de mortero para romperlo. Cuando el helado empieza a tomar consistencia, incorpora las nueces ya frías y prosigue con la elaboración, batiendo cada hora hasta que el helado de plátano frito con miel tenga la textura deseada.

