

Pain aux bananes (sans gluten)



Pain aux bananes (sans gluten)

Ingrédients

- ✓ 3 bananes mûres
- ✓ 8 dates medjool, graines enlevées
- ✓ 3 cuillères à soupe de tahini ou beurre de noix
- ✓ jus d'½ citron
- ✓ 2 cuillères à thé de cannelle
- ✓ ½ tasse de farine de noix de coco, tamisée
- ✓ 1 cuillère à thé de bicarbonate de soude
- ✓ 4 œufs
- ✓ pincée de sel

Préparation

1. Préchauffez votre four à 350° Fahrenheit. Graissez et tapissez votre moule à pain.
2. Dans votre mélangeur, mélangez les bananes et les dates ensemble jusqu'à consistance lisse.
3. Ajoutez le reste des ingrédients et mélangez bien.
4. Versez le mélange dans le moule préparé.
5. Faites cuire au four pendant 45 minutes ou jusqu'à ce qu'une brochette insérée sorte proprement.





Pour me joindre



marjosante.com



info@marjosante.com



(514) 949-6754



[Marjo Santé](#)



[Marjo Santé](#)