

Mini banana bread

Hello les gourmands,

C'est la rentrée scolaire et vous êtes en manque d'idées pour les récréations de vos enfants? Que diriez-vous d'une recette très facile que vous pourrez réaliser avec leur aide?

Je vous présente des mini banana bread avec une touche de gourmandise grâce aux pépites de chocolat et aux noisettes.



Cette recette pourra facilement être réalisée en **version végan**, car elle ne contient pas d'œufs à la base.

Afin de réaliser **9 gros muffins**, il vous faudra :

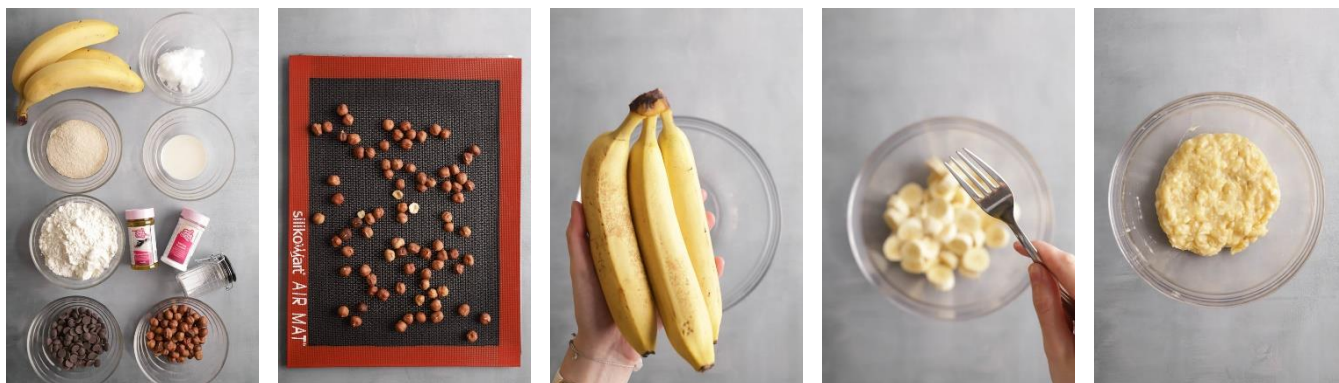
- 3 bananes bien mûres
- 70gr d'huile de coco
- 100gr de cassonade
- 1 càc d'arôme vanille
- 20gr de lait (**lait végétal**)
- 200gr de farine
- 1 càc de poudre à lever
- 2 pincées de sel
- 100gr de noisettes entières
- 100gr de pistoles de chocolat (**chocolat noir végan**)

C'est parti pour la recette!

Commencez par préchauffer votre four à **180°C chaleur tournante**. Versez **100gr de noisettes entières** sur une plaque perforée munie d'un tapis perforé.

Enfournez pendant **10 minutes au milieu du four** préchauffé afin de torréfier les noisettes. En réalisant cette étape, vous verrez que leur goût sera beaucoup plus prononcé et plus croquant. :-)

Une fois les noisettes torréfiées, laissez-les refroidir et gardez bien votre four allumé. Pendant ce temps, à l'aide d'une fourchette, écrasez **3 bananes bien mûres** dans un grand bol.



Dans un autre bol, pesez **70gr d'huile de coco**. Si vous n'aimez pas l'huile de coco, vous pouvez sans autre utiliser de l'huile de pépins de raisin.

Placez l'huile de coco au micro-ondes pour **30 secondes à 600Watt** afin qu'elle se liquéfie. Puis versez-la sur les bananes écrasées.

Mélangez ensuite à l'aide d'une maryse. Nous allons faire cette recette sans robot. Si l'on réalise des recettes végan, c'est toujours mieux de mélanger la préparation à la maryse plutôt qu'avec le fouet. Si vous mélangez trop, les banana bread ne lèveront pas. Je l'ai appris grâce à cette recette. ;-)

Toute la recette se fera donc à la maryse. :-) Versez **100gr de cassonade** et **20gr de lait (lait végétal)**.



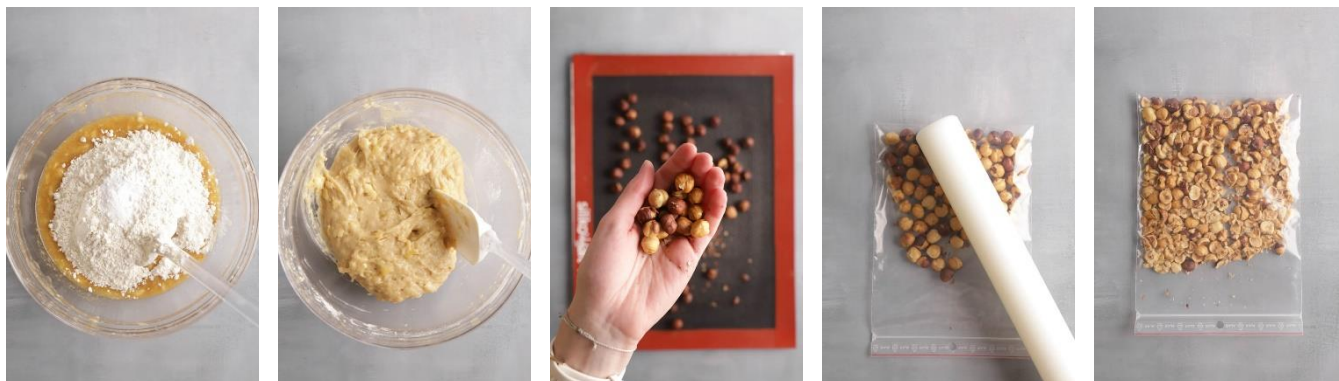
Ajoutez **1 càc d'arôme vanille**, aidez-vous des cuillères de mesure.

Mélangez toujours à l'aide de la maryse. Ajoutez **200gr de farine** et **1 càc de poudre à lever**.



Nous allons encore ajouter **2 pincées de sel**. Mélangez le tout à la maryse afin d'obtenir une masse bien homogène. Notre masse à banana bread est presque prête. :-)

Nous allons y ajouter les noisettes torréfiées en début de recette. Frottez-les entre vos mains, la peau s'enlèvera toute seule. S'il en reste un peu, cela n'est pas un problème. Versez ensuite les noisettes dans un petit sachet en plastique refermable et concassez-les grossièrement avec un gros rouleau.



Ajoutez **70gr de noisettes concassées** et **70gr de pistoles de chocolat noir (chocolat noir végétal)**. Gardez **30gr de chaque pour la décoration**.

Mélangez à nouveau le tout à l'aide de la maryse. Et voilà, notre masse est prête. Placez une grande poche à douille dans un grand pichet. Cela permettra de remplir la poche proprement et les caissettes par la suite.



J'ai choisi d'utiliser des caissettes tulipes "journal" car je trouve le rendu sympa. :-)

Déposez-en **9 dans un moule à cupcakes**. Il est important de mettre les caissettes dans un moule à muffins sinon celles-ci bougeront et n'auront pas une jolie forme lors de la cuisson.

Remplissez les 9 caissettes de masse au **3/4**. Parsemez-les avec le reste des **pistoles de chocolat noir (30gr)** et des **noisettes concassées (30gr)**.



Voilà nos banana bread sont prêts à être enfournés. Déposez le moule sur la grille au milieu du four pour environ **40 minutes**.

Une fois cuits, déposez-les sur une grille de refroidissement.

Et voilà, ils sont prêts à être dégustés.

J'espère que cette recette vous plaira et que vous allez la tester.

Ces mini banana bread se garderont **3 jours dans une boîte bien fermée**.

Je vous souhaite un bon dimanche les gourmands!

Sophie

