



PAIN AUX BANANES

En Suisse, des tonnes de bananes sont jetées chaque année. Le chef de cuisine de l'hôpital Felix Platter transforme les bananes trop mûres en un délicieux pain aux bananes.

RECETTE POUR UN MOULE À CAKE DE 28 CM DE LONG

Pain aux bananes

INGRÉDIENTS

250 g de farine de blé

3 g de levure chimique

2 g de sel

2 g de cannelle en poudre

120 g de beurre

150 g de sucre brun

2 œufs

80 g de yaourt nature (peut être utilisé juste après la date de péremption)

450 g de bananes trop mûres (avec des taches brunes), écrasées

100 g de noix, grossièrement hachées



PRÉPARATION

Graisser un moule ou le recouvrir de papier sulfurisé. Ecraser les bananes trop mûres avec une fourchette ou un fouet.

Mélangez la farine, la levure chimique, le sel et la cannelle dans un saladier.

Dans un robot ménager, battre le beurre et la cassonade jusqu'à ce qu'ils soient crémeux et ajouter peu à peu les œufs tempérés.

Ajouter également le yaourt et les bananes écrasées, bien mélanger le tout.

Ajouter ensuite les noix et mélanger à nouveau. Verser la pâte dans le moule préparé et cuire au four à 170-180° C pendant environ 60 minutes.

Après environ 30 minutes de cuisson, recouvrir le moule d'une feuille d'aluminium pour que le dessus ne devienne pas trop foncé. Pour savoir si le pain aux bananes est cuit, il suffit d'enfoncer une brochette en bois ou un cure-dent dans le cake et de le laisser ressortir propre.

Le pain aux bananes se conserve environ 2 jours à température ambiante ou jusqu'à une semaine au réfrigérateur.

