Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Mini mugs Banane Noisette au Vitaliseur

Imprimer

Commenter

Préparation: **10**

Ingrédients
6

- 50 gr beurre vegetal
- 1 c. à s. huile de coco
- 50 gr miel
- 50 gr sucre poudre
- 2 oeufs entiers
- 100gr farine (maïs, riz)
- 50 gr poudre noisette ou amande ou mélange
- Vanille en poudre selon le goût
- 1 c. à c. bicarbonate de soude
- 1 banane mixée

1. Mélanger tous les ingrédients jusqu'à obtenir une pate souple
2. Verser la pâte obtenue dans des pots de yaourts en verre, remplir environ 60%
3. Poser les pots de yaourts remplis de pâte dans le tamis du vitaliseur, lorsque l'eau bout.
4. Laisser cuire 25 minutes.
5. Sortir le tamis, faire refroidir les pots (mini mugs) et déguster à la cuillère!

Ce dessert se déguste dans des pots de yaourts en verre de récup. Le gâteau est moelleux à souhait... On peut varier la taille des pots en verre pour des portions plus ou moins grandes. Idéal pour le petit dej!

Vous allez aussi aimer ...

Pesto d’orties sauvages

Pavés de bœuf aux échalotes

Cabillaud aux pleurotes

Boulettes de sarrasin et tagliatelles de carotte