

Fiche

Recette pour faire des Muffins à la peau de banane de banane

+/- 10 muffins



Matériel

- Un four
- Un blender ou mixeur
- Un moule à muffins

Ingrédients

- 1 peau de banane bio
- 120 g de farine
- 50 g de sucre de canne
- 10 cl de lait (végétal)
- 50 g de beurre
- 1 œuf
- 1 c. à c. de bicarbonate de soude
- 1 c. à c. de vinaigre de cidre
- 50 g pépites de chocolat

Préparation

- Préchauffez le four à 180°C.
- Lavez la peau de banane à l'eau froide. Coupez-en les extrémités puis découpez-la en morceaux et mixez-la avec le beurre fondu et le lait dans un blender.
- Ajoutez dans le blender : la farine, l'œuf, le sucre, le bicarbonate et le vinaigre.

- Mélangez dans le blender jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
- Ajoutez les pépites de chocolat et mélangez un tout petit peu.
- Mettez la préparation dans des moules à muffins, en les remplissant à $\frac{3}{4}$.
- Enfournez et cuisez pendant 20 min à 180°C.
- Laissez-les refroidir sur une grille à pâtisserie.

→ Remplacer les pépites de chocolat par des raisins secs, des airelles séchées, des noix, etc.