



# BANANA BREAD CRUMBLER

Pour 1 gâteau

## INGREDIENTS

- 200 gr de chapelure de pain
- 50 gr de farine de blé
- 120 gr de beurre doux
- 200 gr d'oeuf
- 2 bananes
- 100 gr de sucre
- 10 gr de poudre à lever



Préparation  
10 min



Cuisson  
30 min

## PREPARATION

- 01** Broyer le pain très sec à 3 mm pour obtenir la poudre fine
- 02** Mettre les poudres ensemble et mélanger
- 03** Rajouter l'oeuf au mélange
- 04** Incorporer le beurre fondu
- 05** Ecraser les bananes et incorporer les à la préparation
- 06** Mettre en moule à cake
- 07** Cuire 30 minutes au four à 180°C

Valeurs nutritionnelles moyennes	Pour 100 g
Energie	1 402 kJ 335 kcal
Matières grasses dont acides gras saturés	17,0 g 9,9 g
Glucides Dont sucres Dont amidon	37,0 g 18,0 g 13,0 g
Fibres alimentaires	2,1 g
Protéines	7,4 g
Sel	0,95 g

## CONSEILS :

**Plus la banane est mûre, même noire car un peu abimée, plus le gâteau aura le goût.**

Une recette développée par



Groupe pro - Crumblér

Document protégé - non diffusable et non exploitable  
hors de la clientèle d'Explic'eat