

MENU

BOUCHÉES À LA BANANE!

Tu auras besoin :



2 bananes



Beurre de cacahuètes

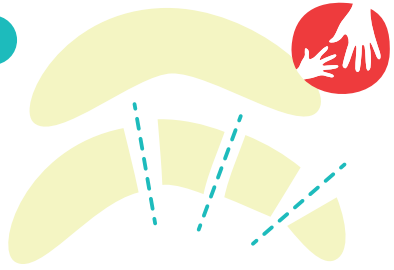


200g de chocolat



100g de noix mélangées

1



Coupe les bananes en tranches d'environ 2 cm. Mets la moitié des tranches de côté.

2



Étale une cuillère à café de beurre de cacahuètes : $\frac{1}{4}$ sur la moitié des tranches de banane. Ensuite, mets l'autre moitié des tranches de banane sur celles avec le beurre de cacahuètes.

3



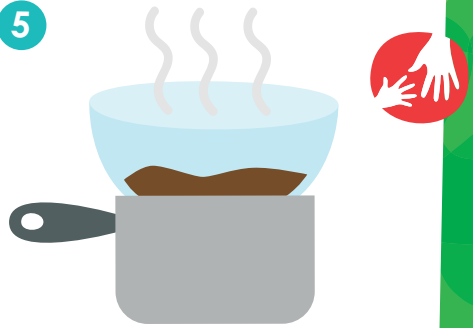
Dispose-les sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et congèle-les pendant deux heures.

4



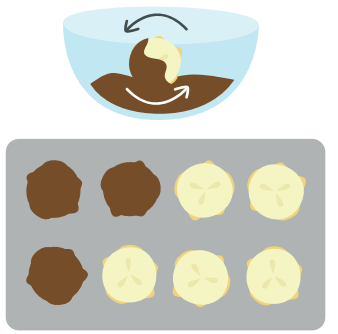
Mets les noix mélangées dans un robot et mixe-les jusqu'à ce qu'elles soient très petites.

5



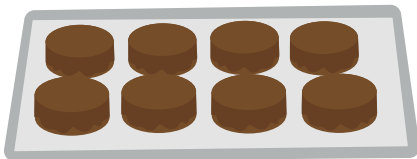
Fais fondre le chocolat dans un bol résistant à la chaleur au-dessus d'une casserole d'eau frémissante.

6



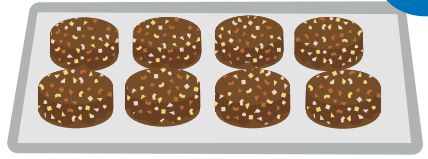
Une fois fondu, retire le chocolat du feu. Enrobe les tranches de banane de chocolat.

7



Retire les tranches de banane du chocolat à l'aide d'une fourchette et place-les sur une plaque recouverte de papier sulfurisé.

8



Saupoudre les noix mixées sur les bouchées de banane. Réserve jusqu'à ce que la préparation ait bien pris.