



RECETTES DE PAIN AUX BANANES DE LA PÂTISSIÈRE LINDSAY BRUN

RECETTE DE BASE : CASSONADE

INGRÉDIENTS (POUR DEUX PAINS)

- 3 tasses de farine tout usage
- 2 tasses de cassonade
- 1 c. à thé de poudre à pâte
- 1 c. à thé de bicarbonate de soude
- 1 c. à thé de sel
- 1 c à soupe de cannelle moulue
- 1/2 c. à thé de mélange de quatre-épices
- 1 1/2 tasse d'huile végétale
- 1 tasse d'ananas broyés non égouttés
- 3 oeufs
- 2 tasses de purée de bananes
- 2 c. à thé d'extrait de vanille

PRÉPARATION

Préchauffer le four à 350°C et préparer les 2 moules à pain avec du beurre et de la farine. Réserver.

Dans un bol, mélanger la farine, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude, le sel, la cannelle moulue et le mélange 4 épices et réserver.

Dans un autre bol ou dans un mélangeur sur pied, fouetter les oeufs, l'huile, le sucre, l'essence de vanille, les ananas broyés et la purée de bananes. Ajouter les ingrédients secs en 3 fois et bien mélanger. Étaler le mélange dans les 2 moules à pain et enfourner.

Cuire pendant 60 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dents en ressorte propre.

Laisser refroidir et déguster.





ÇA VAUT LE COÛT

POUR SUBSTITUER LA CASSONADE PAR UNE ALTERNATIVE, SUIVRE LES MÊMES ÉTAPES ET AJUSTER LES QUANTITÉS EN FONCTION DU TABLEAU CI-BAS

PURÉE DE DATTES

Utiliser 2 tasses de purée de dattes

SUCRALOSE

Utiliser 1 tasse de sucralose

SUCRE DU FRUIT DU MOINE

Utiliser 2 tasses de sucre du fruit du moine



ÇA VAUT LE COÛT