

Dessert « anti-gaspi »



PAIN PAS PERDU CHOCOLAT BANANE ET NOIX DE COCO

(Quantité pour 2 personnes)

- ✓ Temps de préparation : 15 minutes
- ✓ Temps de cuisson : 35-40 minutes

ingrédients :

- 1 demi-baguette de pain dur
- 1 tasse de lait (végétal ou animal)
- 25 g de beurre mou ou de purée d'amandes
- 3 cuillères à soupe de sucre de canne
- 3 cuillères à soupe de noix de coco râpée
- 1 banane bien mûre
- 2 cuillères à café de cacao non sucré
- 1/2 cuillère à café de mélange pour pain d'épices

Préparation :

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Dans une casserole, verser le lait et le pain dur, couvrir et laisser tiédir sur feu doux jusqu'à ce que le pain ait absorbé le lait et qu'il soit bien ramolli.
3. Écraser la banane avec le cacao et les épices. Ajouter le sucre et la noix de coco.
4. Mixer au robot le pain ramolli jusqu'à obtenir une consistance un peu gluante et sans gros morceaux. Ajouter le beurre ou la purée d'amandes.
5. Mélanger tous les ingrédients.
6. Verser la préparation dans un moule à cake beurré et laisser cuire 35 à 40 minutes. Attendre le refroidissement avant de démouler.