



3 BISCUITS à déjeuner ! WOW !

RECETTES - COLLATIONS - DÉJEUNERS-BRUNCHS



NOMBRE DE PORTION : 12

TEMPS DE PRÉPARATION : 12 MIN

TEMPS DE CUISSON : 15-17 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 3 bananes très mûres
- 1/2 tasse de beurre d'arachide ou d'amandes
- 3 c. table d'arachides concassés ou amandes concassées
- 1 c. table de beurre température pièce
- 2 c. table de miel
- 1 c. thé d'extrait de vanille
- 1 oeuf
- 3 tasses de flocons d'avoine
- 1 c. thé de poudre à pâte
- Une pincée de sel
- 1/8 tasse de pépites de chocolat noir
- 1/2 tasse de petits fruits (bleuets et fraises)

Préparation

1. Préchauffer le four à 350 F
2. Dans un bol, écraser les bananes.
3. Ajouter l'œuf battu, le beurre d'arachides, les arachides, le beurre, le miel et la vanille.
4. Dans un autre bol, mélanger l'avoine, la poudre à pâte et le sel.
5. Ajouter le mélange sec au mélange de banane.
6. Former des galettes avec les mains. Bien les aplatir.
7. Déposer des fruits ou des pépites de chocolat sur les galettes.

8. Cuire au four pendant 15-17 minutes sur la grille du haut ou jusqu'à ce que le tout soit bien grillé.
9. Laisser refroidir et déguster !