



Cake banane noix

- 100g beurre
- 1 yaourt nature (j'aime bien le yaourt grec)
- 2 bananes bien mûre
- 1 œuf
- 1/2 tasse de sucre de fleur de coco
- 1 cc de vanille
- 1 tasse de farine T65
- 1/2 tasse de farine de noix
- 1 bonne tasse de noix concassée
- 2 cuillères à soup de levure patisserie

Sortir le beurre du frigo pour que ce soit à température ambiante, bien mou

- *Sortir le beurre du frigo pour qu'elle soit 'fondant' à température ambiante*
- *Ajouter l'œuf et sucre*
- *Ajouter ensuite les farines avec levure et vanille*
- *Ajouter le yaourt et bien mélanger*
- *Ecraser la banane mûre avec une fourchette et ajouter au mix*
- *Ajouter le noix concassé et bien mélanger*
- *Verser dans la moule à cake*
- *40 minutes au four à 170C (la durée varie en fonction de votre four, donc bien vérifier l'état de cuisson à pd 35 minutes)*

Bonne dégustation !!!

JACQUELINE SHUM

Alternative health adviser • Massotherapist • Healthy meal box deliveries • Culinary workshops

Keizersberg 6, 1560 Hoeilaart, Belgium • +32 (0) 495 30 21 22 • hello@nourishbyjacqueline.com
nourishbyjacqueline.com • Compte bancaire (ING) BE35 3630 1957 4337

TVA BE 0678 394 640 (Petite entreprise soumise au régime de la franchise de taxe. TVA non applicable)

