

... DES LE PETIT DEJEUNER

RECETTE du JEUDI 2 avril

Moelleux banane, avoine, chocolat

Préparation : 5' / Cuisson : 20' / Pour 7 personnes.

Ingrédients :

- 3 bananes bien mûres
- 100g de flocons d'avoine
- 20g de pépites de chocolat



Préparation :

- préchauffer le four à 180°
- dans un récipient, écraser à la fourchette les bananes.
- ajouter à la préparation les flocons d'avoine et bien mélanger.
- ajouter ensuite les pépites de chocolat et mélanger de nouveau.
- répartir la préparation dans des petits moules de votre choix et bien tasser à l'aide d'une grosse cuillère.
- enfourner 20 minutes.



BON REGAL !