

Recette bio : tarte à la banane sans gluten ni lait

- Recette végétarienne
- Recette sans gluten
- Recette sans lait



Pour 6 personnes

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 30 min

Ingrédients

- 1 pâte sablée (voir la recette de pâte sablée sans gluten)
- 5 bananes séchées
- 100g de sucre roux
- 50g de poudre d'amande blanche
- 1 brique de crème de soja
- 2 œufs

1. Faites tremper les bananes séchées la veille au soir ou prenez des bananes bio fraîches.
2. Faites une purée avec les bananes.
3. Mélangez le sucre roux, la poudre d'amande blanche avec les 2 œufs.
4. Ajoutez la purée de bananes bio et enfin la brique de crème de soja. Bien mélangez à l'aide d'un fouet et versez la préparation sur la pâte sablée pré cuite.
5. Mettre 30 minutes au four thermostat 6 (180°C).

Le conseil de Karen

Hier j'ai publié la recette du fond de tarte sablée, aujourd'hui je vous montre ce que j'en ai fait :). J'avais des bananes entières séchées dont je ne savais pas quoi faire, mais je pense que la recette marche aussi bien avec des bananes fraîches.