

Mini-cake à la banane, caramel de miel

Recette pour 4 personnes

Description

Gâteau moelleux fait à partir de banane et servi avec un caramel de miel.

L'astuce du chef

Attendez que vos bananes soient bien mûres pour faire cette recette. De plus, vous pouvez congeler vos bananes avec la peau ou épluchées lorsqu'elles sont mûres afin de les accumuler pour une recette ou un smoothie.

Ingrédients

Pour les mini-cakes à la banane

- 2 Unité(s) Banane
- 3 Unité(s) Oeuf
- 125 Gr Sucre
- 125 Gr Farine
- 3 Gr Poudre à pâte
- 65 Gr Beurre

Pour le caramel de miel

- 150 Gr Miel
- 45 Ml Eau

Préparation

- Temps de préparation **40 mins**
- Préchauffez votre **four** à **400 F°**

Préparation du mini-cake au banane

Faire fondre le beurre. Dans un bol, blanchir les oeufs et le sucre à l'aide d'un fouet, puis ajouter la farine, le beurre fondu et la poudre à pâte. Éplucher les bananes, puis les écraser à l'aide d'une fourchette. Les ajouter ensuite dans l'appareil à cake. Remplir aux 3/4 des mini-moules à cake en silicone, puis enfourner pendant 15 à 20 min. Vérifier la cuisson à l'aide de la pointe d'un couteau d'office. Laisser ensuite tiédir.

Préparation du caramel de miel

Dans une casserole, verser le miel puis le porter à ébullition. Attendre qu'il brunisse, puis stopper la cuisson avec un peu d'eau. La consistance doit rester sirupeuse.

Pour servir

Démouler les mini-cakes sur une assiette puis les napper de caramel de miel.

Bon appétit!