



6 personnes



Rapide



Facile

Côté cuisine

Toutes les recettes publiées (par numéro) sont téléchargeables sur le site [cerin.org](http://www.cerin.org/publications/alimentation-et-petit-budget.html):
<http://www.cerin.org/publications/alimentation-et-petit-budget.html>

Gâteau à la banane

Ingrédients



2 verres de farine



½ verre de sucre



3 bananes mûres



100 g de beurre



1/2 sachet de levure

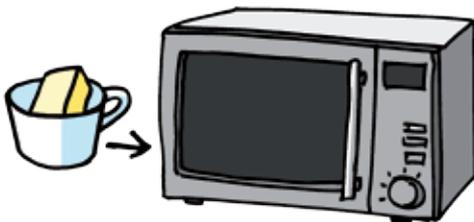


3 cuillerées à soupe de noix de coco râpée (facultatif)

Préparation

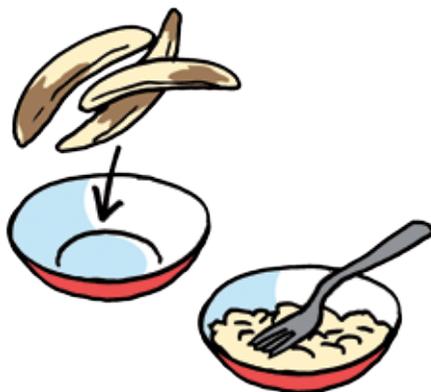
1

Faire fondre le beurre.



2

Écraser les bananes en purée.



3

Ajouter la farine, la levure, le sucre, et le beurre fondu. Mélanger le tout.



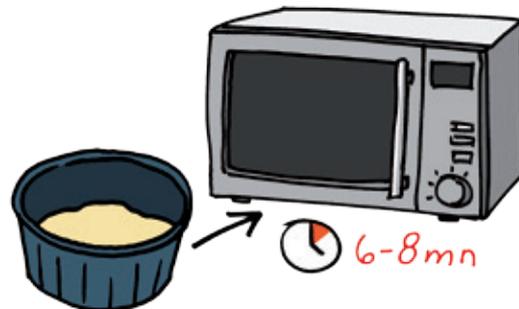
4

Verser dans un moule beurré.



5

Faire cuire 6 à 8 mn au micro-ondes pleine puissance.



6

Saupoudrer de noix de coco (facultatif)
Laisser refroidir et servir.



Infoplus

Sans œuf, peu sucré, un gâteau aussi économique que nutritif, à faire vite quand le frigo est vide pour valoriser des bananes trop mûres.