

Burgers de banane

A la noisette

Informations :

- difficulté : facile
- pour 12 mini burgers
- préparation d'environ 10 minutes



Ingrédients :

- 2 bananes
- Pâte à tartiner à la noisette
- 1 poignée de graines de Chia

Préparation :

- 1) Commencer par peler et couper les bananes en rondelles, ni trop fines, ni trop épaisses.
- 2) Sur la moitié des rondelles de banane découpées, disposer une noisette de pâte à tartiner à la noisette.
- 3) Utiliser l'autre moitié des rondelles de banane découpées pour fermer les mini burgers.
- 4) Saupoudrer de graines de chia.
- 5) C'est prêt !

Les astuces de la p'tite Poule Rousse :

→ Dans cette recette, j'utilise de la pâte à tartiner de noisettes sans cacao (achetée en magasin bio) pour sentir toutes les saveurs de ce fruit à coque se mêler au doux parfum de la banane.

→ Pour les plus gourmands, remplacer la pâte à tartiner de noisettes par de la pâte à tartiner chocolat /noisette.

Juste un œuf