



Pain aux bananes et aux noix comme à la boulangerie



PRÉPARATION : 20 MIN CUISSON: 2 HR

Ce délicieux pain aux bananes et aux noix est à la fois moelleux et croquant. Inspiré de recettes de boulangerie, ce pain au goût sucré des bananes deviendra assurément le préféré de la maisonnée.

Qu'est-ce qu'il me faut ?

15 PORTIONS

1-2/3 tasses de bananes bien mûres, écrasées (environ 4)

1/2 tasse de tartinaide *Miracle Whip* originale

1 œuf

1-1/2 c. à thé de vanille

1-1/2 tasses de farine

1 tasse de sucre

1/2 tasse de noix, hachées grossièrement

1/2 tasse d'abricots séchés, hachés

1 c. à thé de bicarbonate de soude

Que dois-je faire ?

Étape 1

Chauffer le four à 350 °F.

Étape 2

Battre les bananes, la tartinaide *Miracle Whip*, l'œuf et la vanille dans un grand bol. Mélanger le reste des ingrédients dans un bol séparé. Ajouter à la préparation de banane, remuer juste assez pour humecter. (La pâte sera grumeleuse.)

Étape 3

Verser la pâte dans un moule à pain de 9 × 5 po vaporisé d'un enduit à cuisson.

Étape 4

Cuire 1 h ou jusqu'à ce qu'un cure-dents inséré au centre en ressorte propre. Laisser refroidir 10 min avant de démouler sur des grilles. Laisser refroidir complètement.

Conseils des Cuisines Kraft



Substitution(s)

Préparez la recette avec des pacanes grillées.

Une touche d'éclat

Incorporez 4 oz de chocolat mi-sucré *Baker's* à la pâte avant de la verser dans le moule.

Calories **180**

	% valeur quotidienne
Matières grasses 5 g	8 %
Matières grasses saturées 0.5 g	3 %
Cholestérol 15 mg	
Sodium 150 mg	6 %
Glucides 33 g	11 %
Fibres alimentaires 2 g	8 %
Sucres 20 g	
Protéines 3 g	
Vitamine A	2 %
Vitamine C	4 %
Calcium	2 %
Fer	6 %

Portions

15 portions de 1 tranche (80 g) chacune