



### Petits gâteaux aux noisettes, bananes & chocolat

#### Ce qu'il faut :

- { 5 à 6 petits gâteaux }
- 140 g de farine petit épeautre semi-complète
- 2 càc de poudre à lever
- 1 pincée de bicarbonate de soude
- 1 pincée de sel
- 35 g de sucre de canne { 70 g pour les becs sucrés }
- 70 g de noisettes émondées en poudre + quelques noisettes entières concassées grossièrement
- 3 belles càs pleines de purée de sésame { tahin } \*
- 2 càs d'huile de colza
- 2 càs de yaourt de soja à la vanille { ou tout autre yaourt }
- 1 banane 1/2 bien mûre
- 1 oeuf
- 1 poignée de pépites chocolat { quantité à adapter selon le degré de gourmandise }
- 1 càs de noix de coco râpée { facultatif }
- Glaçage au chocolat :
- 50 à 100 g chocolat noir
- 1 càs de beurre végétal
- 1 càs de sirop de riz { ou sirop d'agave }
- \* ou purée d'amande blanche

#### Ensuite, comment faire ?

- Préchauffer le four à 175°C. Graisser les moules à muffins avec un peu de beurre et un peu de noix de coco (à défaut, de farine).
- Dans un grand bol, mélanger la farine, la poudre de noisette, la poudre à lever, la bicarbonate de soude et le sel. Réserver.
- Réduire les bananes en purée à l'aide d'un mixeur.
- Dans un autre bol, fouetter la purée de sésame et le sucre. Incorporer l'huile de colza, le yaourt, l'oeuf et la purée de banane. Bien mélanger le tout.
- Incorporer le mélange de farine à la préparation aux bananes. Mélanger à la cuillère jusqu'à ce que le mélange soit homogène. Ajouter les pépites de chocolat et les incorporer délicatement à la pâte.
- Remplir les moules au 3/4. Et enfourner pendant 20 à 25 minutes ( 23 minutes dans mon four ).
- Insérer un cure-dent afin de vérifier la cuisson, il doit ressortir propre et sec.
- Démouler les gâteaux, et les laisser refroidir complètement sur une grille.
- Pour une saveur de la banane plus intense, les laisser reposer enveloppés dans un papier aluminium pendant une nuit au frigo si cela est possible.
- Le glaçage : Faire fondre le chocolat au bain-marie, puis ajouter la càs de beurre et le sirop de riz jusqu'à ce que tout soit bien homogène. Verser le chocolat chaud sur les gâteaux. Parsemer de quelques noisettes concassées.