



PAIN AUX BANANES SANS GLUTEN

Temps de préparation: 15 minutes

Temps de cuisson: 45 minutes

Portions : 12

INGRÉDIENTS:

- 125 ml (1/2 tasse) de [yogourt nature sans gluten](#)
- 5 ml (1 c. à café) de bicarbonate de soude
- 3 petites bananes bien mûres (équivalent à 250ml /1 tasse en purée)
- 2 œufs
- 60 ml (1/4 tasse) d'huile de pépins de raisins
- 5 ml (1 c. à café) d'[extrait de vanille sans gluten](#)
- 50g (1/4 tasse) de cassonade bien tassée
- 200g (1 1/2 tasse) de [farine de base sans gluten \(à pâtisserie\)](#)
- 1 ml (1/4 c. à café) de [muscade moulue sans gluten](#)
- 2.5 ml (1/2 c. à café) de sel
- 5 ml (1 c. à café) de [levure chimique \(poudre à pâte\) sans gluten](#)
- 50g (1/2 tasse) de [noix de Grenoble moulues sans gluten](#)
- 40g (1/4 tasse) de [graines de chia sans gluten](#)
- 90g (1/2 tasse) de [pépites de chocolat blanc sans gluten](#)

PRÉPARATION:

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F). Huiler un moule à pain et tapisser le fond de papier parchemin.
2. Mélanger le yogourt et le bicarbonate de sodium. Laisser reposer.
3. Écraser les bananes à la fourchette. Réserver
4. Dans un bol, battre les œufs. Y ajouter l'huile, la vanille, la cassonade, les bananes.
5. Incorporer le yogourt et mélanger.
6. Mélanger les ingrédients secs (farine, muscade, sel, levure chimique (poudre à pâte), noix de Grenoble et les graines de chia)
7. Incorporer les ingrédients humides aux ingrédients secs, à la spatule sans trop insister.
8. Ajouter les pépites de chocolat blanc.

9. Verser la pâte dans le moule.
10. Cuire le pain aux bananes environ 45 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré dans le pain en ressorte propre.
11. Laisser refroidir sur une grille une quinzaine de minutes puis démouler.

Si vous désirez faire des muffins aux bananes : Huiler 12 moules à muffins. Préchauffer le four à 190°C (375 °F) et cuire pendant 20 minutes.

Si vous voulez faire cette recette sans pépites de chocolat blanc, vous n'avez qu'à remplacer le chocolat par l'ajout de 50g (¼ tasse) de cassonade.