Un supergoûter pour "avoir la banane"

Gnimdéwa Atakpama, Nicolas Hubesch

Une recette de banane au chocolat au four et une recette de milkshake à la banane !

Ingrédients :

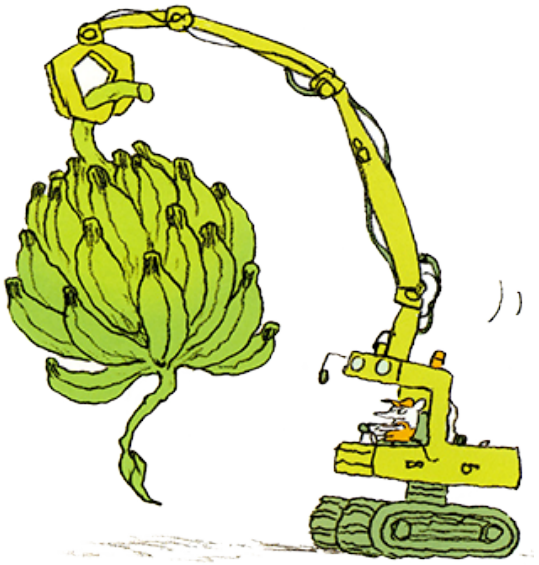
Une banane par personne

Une demi-tablette de chocolat

Ustensiles :

Un couteau

Un four (ce qui implique l'aide d'un adulte)



1. Préchauffe ton four à 200°C.
2. Place tes bananes dans un plat.
3. Enfourne-les et laisse-les cuire jusqu'à ce que leur peau soit bien noire (environ 10 minutes).
4. Pendant ce temps, casse le chocolat en carrés.
5. Retire les bananes du four et incise leur peau dans le sens de la longueur, pour glisser entre la peau et la chair des carrés de chocolat. Attention, c'est très chaud !
6. Remets au four environ 2 minutes, le temps que fonde le chocolat.
7. Voilà, c'est prêt !

Et pour accompagner, à condition d'avoir un gros appétit : un milkshake à la banane

Ingrédients :

Une banane bien mûre

500 ml de lait

De la glace à la vanille

Ustensiles :

Un couteau

Un mixeur

1. Coupe la banane épluchée en morceaux.
2. Mets les morceaux dans le mixeur.
3. Ajoute une bonne grosse cuillère à soupe de glace à la vanille et referme bien le couvercle du mixeur.
4. Mixe jusqu'à obtenir une crème.
5. Ajoute le lait .
6. Mixe encore pour bien mélanger.
7. Mets au réfrigérateur avant de consommer bien frais.

