



Banana bread aux graines de chia

21/05/2019 à 15h08

Par [Laurence Benedetti](#)

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 50 min

Pour 6 personne(s)

Ingrédients :

- 3 bananes bien mûres
- 220g de farine
- 80g de sucre complet
- 80g de poudre d'amandes
- Noisettes
- 10 cl de lait d'amande (ou autre lait végétal)
- 6 cl d'huile de coco fondue ou huile végétale
- Un peu de vanille en poudre ou 1 gousse de vanille
- Un peu de bicarbonate de soude
- 2 c à s d'eau chaude
- 1 c à s de graines de lin
- 1 c à s de graines de chia
- Une pincée de sel

Préparation :

- Mélangez l'eau chaude, les graines de lin et de chia puis laissez gonfler ;
- Écrasez les bananes à la fourchette. Ajoutez les ingrédients secs, puis le beurre fondu, le lait et enfin la préparation chia + lin + eau. Mélangez ;
- Ajoutez les noisettes entières ;
- Versez dans un moule recouvert de papier sulfurisé et faire cuire 50 minutes à 1 heure dans un four à 180°C.