



# BANANA BREAD AU SÉSAME NOIR

## — Chocolat Noir & Dattes —

### . Pour un moule à cake .

- . Bananes très mûres / 200g (poids final, épluchées)
- . Farine de riz complète / 150g
- . Poudre d'amande blanche / 50g
- . Féculé de maïs / 50g
- . Sucre de canne complet / 50g
- . Cacao en poudre (pur, non sucré) / 10g
- . Lait d'amande nature / 150ml
- . Vinaigre de cidre / 1 càc
- . Extrait de vanille liquide / 1 càc
- . Crème de sésame noir\* / 50g
- . Dattes (Medjool ou Deglet-Nour) / 80g
- . Chocolat noir / 80g
- . Pincée de sel
- . Bicarbonate alimentaire / 1 càc rase

*\*J'utilise la crème de sésame noir de chez Jean Hervé. Ce n'est pas une pâte de sésame noir pur, mais un mélange de 50% sésame noir et 50% sésame blanc complet !*

### **Topping :**

- . Rondelles de banane
- . Graines de sésame blanc

- . Préchauffez votre four à 180°C (th.6).
- . Commencez par mélanger tous les ingrédients secs (farine, poudre d'amande, féculé, sucre, cacao, sel, bicarbonate) dans un grand saladier. Utilisez de préférence une fourchette pour casser les éventuels « grumeaux » de sucre et de cacao.
- . Hachez le chocolat noir en morceaux pour obtenir des pépites de chocolat. Ajoutez-le dans le saladier.
- . Mélangez le tout une deuxième fois.
- . Placez les bananes épluchées dans un grand bol. Écrasez-les à la fourchette jusqu'à obtenir une purée de banane à peu près lisse, à la texture légèrement visqueuse (un peu comme de l'œuf battu).
- . Ajoutez-y la crème de sésame noir et mélangez à nouveau, toujours à la fourchette, pour homogénéiser le tout. La crème de sésame doit être à température ambiante pour avoir une consistance suffisamment souple qui se mélange facilement.
- . Dans un deuxième bol, fouettez le lait avec le vinaigre et la vanille liquide, pour obtenir un liquide homogène.
- . Dénoyautez les dattes et coupez-les en petits morceaux, puis ajoutez-les dans cette préparation liquide.
- . Remuez le tout. Cela permet de décoller les morceaux de dattes les uns des autres, qui ont sinon tendance à rester agglomérés et à former un bloc de pâte de dattes !
- . Ajoutez cette préparation au mélange banane/sésame préparé plus tôt.
- . Remuez le tout, à la fourchette, jusqu'à obtenir un mélange homogène.
- . Versez cette préparation humide dans le saladier, sur le mélange sec préparé au début de la recette.
- . Remuez le tout avec une spatule, jusqu'à ce que vous ayez une pâte bien homogène. Essayez de travailler brièvement la pâte, pour qu'elle reste aérée et puisse bien gonfler

Suite au verso >



# BANANA BREAD AU SÉSAME NOIR

## — Chocolat Noir & Dattes —

### . Pour un moule à cake .

- . Bananes très mûres / 200g (poids final, épluchées)
- . Farine de riz complète / 150g
- . Poudre d'amande blanche / 50g
- . Fécule de maïs / 50g
- . Sucre de canne complet / 50g
- . Cacao en poudre (pur, non sucré) / 10g
- . Lait d'amande nature / 150ml
- . Vinaigre de cidre / 1 càc
- . Extrait de vanille liquide / 1 càc
- . Crème de sésame noir\* / 50g
- . Dattes (Medjool ou Deglet-Nour) / 80g
- . Chocolat noir / 80g
- . Pincée de sel
- . Bicarbonate alimentaire / 1 càc rase

\*J'utilise la crème de sésame noir de chez Jean Hervé. Ce n'est pas une pâte de sésame noir pur, mais un mélange de 50% sésame noir et 50% sésame blanc complet !

### Topping :

- . Rondelles de banane
- . Graines de sésame blanc

à la cuisson. Pour ça, faites en sorte de la mélanger avec des mouvements circulaires, comme pour l'enrober avec la spatule.

. Huilez votre moule à cake.

. Versez la pâte à l'intérieur. Secouez légèrement le moule pour l'étaler et la répartir uniformément, et lissez un peu la surface à l'aide de la spatule si besoin.

. Découpez quelques rondelles de banane, puis déposez-les sur le dessus de la pâte en les enfonçant légèrement à l'intérieur.

. Pour finir, parsemez de quelques graines de sésame blanc.

. Enfournez pour 40 à 45 minutes environ.

. A la sortie du four, laissez bien refroidir votre gâteau avant de le démouler et de le découper en parts. Dans l'idéal, attendez au moins une heure, le temps qu'il atteigne la consistance idéale et développe ses arômes.

. Il n'y a plus qu'à partager et savourer !

. Ce banana bread peut tout à fait se conserver quelques jours, mais il aura tendance à s'assécher. Je trouve qu'il est quand même meilleur le jour-même, comme la plupart des gâteaux au chocolat !