




# BISCUIT MOELLEUX CHOCOLAT BANANE

Un gâteau léger roulé d'une ganache nature avec peu de chocolat, de la farine de noix et des bananes. Ce biscuit fondant très rapide à préparer, peut aussi être pris au petit déjeuner.

50 gr chocolat noir pâtissier  
2 banane (s)  
3-4 càs farine de souchet  
4 oeufs  
60 gr farine de riz  
2 càs miel

1 pincée sel fin



 30 minutes  
 13 minutes  
 4-6 portions



**1.** Préparer le chocolat à fondre dans un bol, en détachant les carrés



**2.** Verser de l'eau bouillante sur le chocolat pour le couvrir largement et laisser au moins 1 ou 2 minutes, afin que le chocolat ramollisse



**3.** Éplucher des bananes très mûres et mixer



**4.** Dès que le chocolat commence à diffuser dans l'eau, la jeter pour ne garder que le chocolat fondu dans le fond du bol



**5.** Verser la crème de bananes sur le chocolat



**6.** Mélanger vivement jusqu'à homogénéité



**7.** Épaissir ce mélange avec de la farine qui n'a pas besoin de cuire (farine de noix, de coco, poudre d'amandes, etc.)



**8.** Filmer et placer au frais afin que cette ganache durcisse encore un peu, le temps de préparer le biscuit



**9.** Clarifier les œufs . Mettre le four à préchauffer à 180°C





**10.** Mélanger les œufs et le miel au fouet



**11.** Monter les blancs en neige ferme après avoir salé un peu



**12.** Ajouter la farine aux jaunes d'œufs pour une crème homogène



**13.** Ajouter délicatement les blancs en neige aux jaunes



**14.** Verser cette préparation sur une plaque de papier sulfurisé sur la plaque du four



**15.** Etaler régulièrement pour une forme carrée ou rectangle



**16.** Cuire à 180°C pendant 12 à 13 minutes



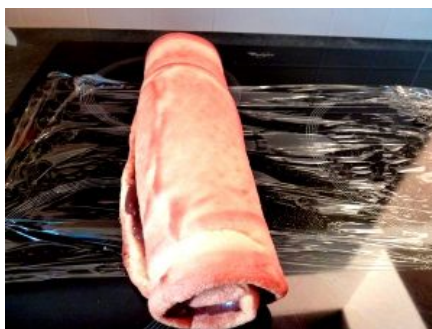
**17.** Sortir du four, laisser un peu refroidir, retourner et décoller le papier cuisson



**18.** Sortir la ganache du réfrigérateur et étaler sur la face plate du gâteau



**19.** Ne pas dépasser sur les bords ; ne pas mettre de couche trop épaisse pour éviter les coulures



**20.** Rouler délicatement ce biscuit très moelleux par dessus une feuille de film étirable



**21.** Enrober le biscuit avec le film sur la largeur et la longueur, placer quelques minutes au congélateur pour raffermir et faciliter le découpage



**22.** Une fois sorti, découper le biscuit en tranches égales



**23.** S'il reste un peu de ganache, tapisser sur les tranches une couche supplémentaire, selon le goût chocolaté recherché