

# Banana Bread & Pavot

## Ingrédients

- 3 bananes bien mûres
- 150 g de vergeoise brune
- 2 cuillères à soupe sirop d'érable
- 2 œufs
- 125 g de beurre mou
- 3 cuillères à soupe de graines de pavot
- 1 cuillère à soupe de rhum
- 1 cuillère à café de levure chimique
- 200 g de farine tamisée
- 1 pincée de sel

## Préparation

Préchauffez le four à 180°C.

Battre le beurre mou avec la vergeoise et le miel jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux.

Incorporer les œufs 1 à 1 sans cesser de battre. Ajouter 2 bananes écrasées, les graines de pavot, le rhum, 1 pincée de sel .

Incorporer la farine tamisée et mélangée à la levure , puis ajouter la dernière banane coupée en rondelles.

Enfourner sur un grille à mi-hauteur pendant 40 minutes.

Démouler le cake une fois refroidi.

PòmPòmNèss

<http://pompomness.canalblog.com>