

Sunday caramel fait maison version saine

- Recette sans gluten
- Recette vegan
- Recette sans lait

Sunday caramel
version #healthy



cuisine-saine.fr 

Sunday caramel maison version #healthy

Pour 2 personnes

Temps de préparation : 5 min

Ingrédients

- 2 bananes congelées
- 50 ml de crème de riz
- 1 cuil. à soupe bombée de purée de noix de cajou
- 1/2 cuil. à café de vanille en poudre
- 2 cuil. à café de pistaches concassées
- 2 cuil. à soupe de nectar de coco

1. Sortez les bananes du congélateur, déposez-les dans le bol d'un mixer.
2. Ajoutez de la crème de riz, la purée de noix de cajou, la vanille en poudre et mixez jusqu'à obtenir une préparation bien lisse.
3. Déposez dans les coupelles de service. Ajoutez par-dessus des pistaches concassées et du nectar de coco.
4. Servez aussitôt et régalez-vous.

Cuisine Saine ([Karen Chevallier](#)) / [CC BY-NC 4.0](#)

Auteur : Karen Chevallier

Source : <https://cuisine-saine.fr>