

Pain énergétique bananes et fraises séchées

Ingrédients:

300 g de farine de froment (soezie)
150 g de farine semi complète (T110)
50 g de farine de seigle (soezie)
50 g de fraises séchées coupées en petits morceaux
50 g de bananes séchées coupées en morceaux
50 g de muesli
2 cuillères à soupe de sucre de canne complet (en magasin bio)
20 g de beurre
340 ml de lait
1.5 cuillère à café de sel
2.5 cuillères à café de levure boulangère instantanée

Réalisation:

Placer le lait, le sel, le beurre, le sucre complet dans le fond de la cuve. Recouvrir des différentes farines et enfin, faire un petit puits et incorporer la levure.

Lancer le programme pain complet.

Au bip de la machine, au bout de quelques minutes, ajouter les fruits séchés et le muesli.

Déguster !!