



ilricettariodibianca.com

## **Muffin banana bread**

### **Ingredienti**

380 g di farina 0  
8 g di bicarbonato  
120 g di zucchero  
sale q.b.  
3 banane mature  
50 g di yogurt bianco (meglio quello greco)  
1/2 cucchiaino di aceto  
80 g di olio di semi  
una manciata di gocce di cioccolato

Il nome di questa preparazione è fuorviante per colpa di quel “bread” - “pane”, che la fa sembrare salata, ma con le banane, insomma un po’ un pastrocchio tipo la pizza con l’ananas; si tratta invece di un dolce che utilizza le banane, magari quelle che ci stanno “lasciando” perchè troppo troppo mature, ma è proprio grazie a questa dolcezza che il dolce viene davvero buono. Si può realizzare a forma di muffin oppure in un’unica torta. Adatto per la colazione e per la merenda

### **Procedimento**

mescolare in una ciotola la farina con lo zucchero, il bicarbonato ed il pizzico di sale. In un’altra ciotola schiacciare le banane, aggiungere lo yogurt, l’aceto (non vi preoccupate a fine preparazione non si sentirà, serve a far reagire il bicarbonato) e l’olio.

Unire gl’ingredienti delle due ciotole e amalgamarli bene.

Suddividere il composto in 15 pirottini da muffin (già posizionati su una teglia) e distribuire sulla superficie le gocce di cioccolato che rimarranno anche dopo la cottura in superficie (se lo preferite, aggiungetele all’impasto).

Cuocere in forno già caldo e statico a 170-180° per 20 minuti.