



Croustifondants aux fruits rouges

Ingrédients :

- 1 banane
- 50g de petits flocons d'avoine
- 1 CS d'huile de coco (ou 20g de beurre)
- 1 CS de sirop d'agave (ou 2 CS de sucre)
- 2 poignées de fruits rouges frais ou surgelés

Préparation :

- Préchauffer le four à 180°C.
- Dans un saladier, écraser la banane avec le dos d'une fourchette.
- Ajouter le reste des ingrédients et bien mélanger.
- Verser sur une plaque allant au four recouverte de papier sulfurisé.
- Étaler en une couche fine et enfourner 25 minutes.
- Laisser refroidir et découper des carrés.
- Se conservent 3-4 jours au frais.