

Musée de l'agriculture et de l'alimentation du Canada

Pain aux bananes

Apprenti-chef la science de la panification recette

- 500 ml / 2 tasses farine de blé entier ou enrichi
- 375 ml / 1 ½ tasse sucre blanc
- 15 ml / 1 cuillère à table levure chimique (poudre à pâte)
- 5 ml / 1 cuillère à thé sel
- 125 ml / ½ tasse huile de canola
- 5 jaunes d'œufs
- 125 ml / ½ tasse eau
- 250 ml / 1 tasse bananes écrasées
- 5 ml / 1 cuillère à thé extrait de vanille
- 250 ml / 1 tasse blancs d'œufs
- 3 ml / ½ cuillère à thé crème de tartre

Matériel

- grand bol à mélanger
- petit bol à mélanger-fouet
- cuillère à mélanger
- tasses et cuillères à mesurer



- 2 moules à pain



Avertissement concernant les allergies! Contient des oeufs et du blé.

Préparation

1. Fais préchauffer le four à 180 °C (325 °F). Graisse les moules à pain avec de la margarine ou du beurre.
2. Dans un grand bol, mélange la farine, le sucre, la levure chimique et le sel.
3. Ajoute l'huile, les cinq jaunes d'œufs, l'eau, les bananes écrasées et l'extrait de vanille. Mélange bien tous les ingrédients.
4. Dans un petit bol, fouette les blancs d'œufs et la crème de tartre jusqu'à ce que ces ingrédients soient bien mélangés et mousseux.
5. Ajoute le mélange de blancs d'œufs et de crème de tartre aux autres ingrédients et mélange le tout.
6. Verse la moitié du mélange dans un moule à pain et l'autre moitié dans l'autre moule. Ne goûte pas au mélange. La farine et les œufs crus peuvent contenir des bactéries qui peuvent te rendre malade.
7. Laisse cuire de 65 à 70 minutes. Pour savoir si le pain est prêt, insère un cure-dent en son centre. S'il le cure-dent ressort propre, le pain est prêt. S'il y a de la pâte sur le cure-dent, remets le pain au four et vérifie à nouveau au bout de quelques minutes.

On peut aussi cuire le mélange dans des moules à muffins. Il faut alors réduire la période de cuisson à 30 ou 40 minutes selon la taille des muffins.

Ce plan de cours a été produit par le Musée de l'agriculture et de l'alimentation du Canada.

[Consulter toutes les ressources d'apprentissage d'Ingenium sur notre site Web.](#)