



# Pain-gâteau aux framboises et aux bananes

---

Recette adaptée par les Nutris du CEDEQ, Camp Jeunesse 2009

Rendement : 1 pain de 12 tranches

Par portion : 30g de glucides, 5g de protéine

## INGRÉDIENTS

- 2 tasses de farine de blé entier
- 1 tasse de sucre
- 2 c. à thé de poudre à pâte
- 1/2 c. à thé de cannelle
- 4 œufs
- 1/2 tasse d'huile végétale
- 1 tasse de bananes écrasées
- 2 c. à thé de vanille
- 2 tasses de framboises fraîches ou surgelées, décongelées

## MÉTHODE

1. Préchauffer le four à 350°F.
2. Dans un grand bol, mélanger le sucre avec la farine, la poudre à pâte et la cannelle.
3. Dans un autre bol, mélanger les œufs, l'huile, la vanille et les bananes écrasées.
4. Mettre le mélange humide dans le mélange sec et tout mélanger sans trop brasser. Incorporer les framboises délicatement.
5. Verser dans un moule à pain beurré et enfariné. Cuire environ 60 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent en ressorte propre.