



4 personnes



10 min



0 min

Crème au chocolat, bananes et avocat

2 bananes bien mûres
1 avocat bien mûre
100 g de chocolat noir
2 c.s de miel ou de sirop d'érable
1 c.c d'extrait de vanille (facultatif)
1 pincée de sel

Cassez le chocolat en morceaux et faites-le fondre au bain-marie ou au micro-ondes (par tranches de 20 secondes) jusqu'à obtenir une texture lisse.

Dans un mixeur, mettez les bananes et l'avocat pelés et coupés en morceaux. Mixez jusqu'à obtenir une purée bien lisse.

Versez le chocolat fondu sur la purée de fruits. Ajoutez le miel, la vanille et une pincée de sel. Mixez de nouveau jusqu'à obtenir une crème homogène et onctueuse.

Répartissez la crème dans des ramequins et placez-les au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes avant de déguster.