

**Gâteau cru et glacé choco  
banane (vegan)**

**Gâteau cru et glacé choco banane**



## ***Ingrédients pour 8 personnes :***

*Pour la base :*

- 250 g de dattes
- 85 g d'amandes décortiquées
- 45 g de noisettes
- 30 g de cacao en poudre non sucré

*Pour l'appareil :*

- 2 bananes mûres
- 30 g de cacao en poudre non sucré
- 4 c. à soupe de purée d'amande blanche
- 4 c. à soupe de sirop d'érable

## ***Déroulement de la recette :***

Préparer la base :

1. Faire tremper les dattes 30 minutes dans un bol d'eau chaude.
2. Égoutter puis les placer dans le bol de votre robot (sans le noyau !) avec les amandes, les noisettes et le cacao.
3. Bien mixer jusqu'à l'obtention d'une pâte.
4. Placer une feuille de papier sulfurisé sur une plaque allant dans votre congélateur.
5. Déposer 8 petits cercles à pâtisserie (ou emporte-pièces ronds) et garnir le fond de pâte en appuyant bien.

Préparer l'appareil :

1. Déposer les bananes dans le bol de votre robot avec le cacao, la purée d'amande et le sirop d'érable.

2. Bien mixer jusqu'à l'obtention d'une crème.
3. Répartir dans vos cercles à pâtisserie.
4. Placer au congélateur pendant 3h minimum avant de servir aussitôt.
5. Les gâteaux se conservent au congélateur, dans une boîte hermétique.

**Note :** J'ai servi ce gâteau cru et glacé au chocolat et à la banane en portions individuelles avec un peu de crème glacée à la noix de coco. En effet, je venais alors de réaliser ma [glace végétale à la noix de coco](#) que j'ai laissé prendre au congélateur une heure ou deux. J'ai récupéré le dessus glacé et crémeux que j'ai déposé au centre de chaque dessert. Une pure merveille !!!! Vous pouvez aussi tout simplement saupoudrer le gâteau de noix de coco râpée ou encore confectionner un coulis de fruits de la passion ou de mangue. Vous pouvez bien évidemment faire réaliser un gros gâteau. Pour cela, optez pour un moule à charnière ou un grand cercle à pâtisserie.

[themoneytizer id=13364-16]