

Tarte crémeuse à la banane et sa chantilly de coco (vegan, sans gluten)

Bonjour, j'espère que cet article vous trouve en forme, quelle que soit votre situation actuelle. Ma recette de tarte crémeuse à la banane, avec sa chantilly de coco, est née en plein confinement, grâce à des bananes bien mûres. Comme je n'avais pas envie de manger un énième [banana bread](#), je suis partie sur un dessert légèrement plus festif, composé d'une pâte sablée sans gluten, d'une crème de type pâtissière et de bananes cuites au four, avec le reste de la tarte. J'ai réalisé une chantilly de coco pour accompagner mon goûter. Je vous glisse la recette de cette dernière ici, même si au final, j'ai préféré déguster ma tarte telle quelle. Ma maman s'est régalée en combinant les deux. C'est donc à vous de voir ! D'ordinaire, je peux passer des heures en cuisine. Actuellement, je ne ferais que ça, tant préparer les repas est un refuge pour moi...



Tarte crémeuse à la banane et sa chantilly de coco

Ingrédients pour 4 à 6 personnes :

- 265 g de lait de soja à la vanille
- 45 g de fécule de maïs
- 100 g de farine de riz semi complet
- 25 g de farine de sarrasin
- 1 pincée de bicarbonate alimentaire
- 1 petite c. à café de quatre-épices (ou de cannelle moulue, à défaut)
- 2 c. à soupe de sucre blond (optionnel)
- 120 g d'huile de coco molle
- 2 c. à soupe d'eau
- 2 bananes bien mûres
- 200 g de crème de coco, idéalement en briquette (optionnel)
- Du pralin, de la noix de coco râpée, des éclats de noisette... (optionnel)

Déroulement de la recette :

1. Préparer la crème : dans une casserole, combinez le lait de soja et 20 g de fécule. Chauffer à feu moyen, jusqu'à épaississement de la préparation. Mélanger régulièrement au fouet. Juste avant l'ébullition, couper le feu et réserver.
2. Préparer la pâte : dans un saladier, combiner la farine de riz, la farine de sarrasin, 25 g de fécule, le bicarbonate, le quatre-épices, le sucre, l'huile de coco ramollie et l'eau. Mélanger à la spatule ou à la main,

- jusqu'à pouvoir former une boule de pâte.
3. Huiler légèrement un moule à tarte de 24 cm de diamètre et répartir la pâte à la main dans votre moule. Afin que cette dernière ne colle pas aux doigts, déposer une feuille de papier cuisson ou de film alimentaire dessus. Réserver au frais, le temps de découper les bananes.
 4. Découper les bananes en rondelles.
 5. Répartir la crème sur la pâte, les bananes sur la crème.
 6. Enfourner dans un four préalablement préchauffé à 180° (th.6) pendant 35 minutes.
 7. Laisser refroidir avant de déguster.
 8. Pour réaliser la chantilly de coco, placer la crème au frais 2h au moins, ainsi que le bol de votre robot (ou le saladier). Monter la chantilly au batteur : cela peut prendre plusieurs minutes. Par expérience, je peux noter ici que certaines marques de crème de coco prennent plus facilement que d'autres (c'est le cas de la crème coco Kara par exemple).
 9. Déguster la tarte crémeuse à la banane accompagnée de chantilly de coco, de pralin, de noix de coco râpée, d'éclats de noisette...

Variante : Il est possible de troquer la banane pour un autre fruit. Cependant, il faudra s'assurer que ce dernier ne rend pas trop d'eau à la cuisson (je pense notamment aux poires ou aux pommes qu'il faudra mieux faire légèrement cuire au préalable à la vapeur par exemple). On peut également décider de garnir sa tarte de fruits crus, comme des fraises et des framboises par exemple.