

## Mini pannequets de banane au gru  de cacao



Dessert **Facile**

**Préparation** : 30 mn

**Cuisson** : 15 mn

*Découvrez sans plus attendre cette recette originale de petites crêpes fourrées de banane et de gru  de cacao, c'est à dire de fève de cacao torréfiée puis concassée.*

### Ingrédients

- 9 feuilles de brick
- 4 bananes pas trop mures
- 20 g de gru  de cacao
- 50 g de chocolat 70 %
- 3 cl de lait

### Préparation

- 1 Coupez les bananes en 9 tronçons de 1 cm d'épaisseur.
- 2 Coupez les feuilles de brick en 4.
- 3 Déposez 1 pincée de gru  sur le centre de la feuille puis 1 tronçon de banane.
- 4 Refermez en rabattant 2 côtés opposés puis les 2 autres côtés. Fermez à l'aide de fil alimentaire.
- 5 Mettez les pannequets dans l'Actifry et faites cuire 10 minutes.
- 6 Pendant ce temps, faites chauffer le lait et versez-le sur le chocolat. Mixez pour obtenir une sauce homogène.
- 7 Servez vos pannequets avec cette sauce.

Proposé par

**SEB**

Le spécialiste du petit électroménager : friteuse, autocuiseur, yaourtière, robot, cocotte-minute...



[Découvrez tous les produits Seb](#)

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

