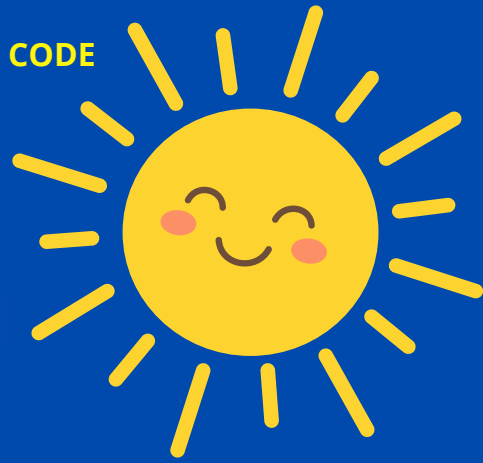


Retrouvez-nous sur mikoollemanicou.com ou flashez le QR CODE



LES INGRÉDIENTS (pour environ 8 petits chaussons)



LE MATÉRIEL



LES ÉTAPES

1 PRÉPARE LA BANANE

Dans un saladier, écrase les bananes à la fourchette et ajoute la cannelle (et un peu de sucre si tu aimes).



2 PRÉPARE LES CHAUSSENS

Avec un adulte, découpe des ronds dans la pâte feuilletée. Dépose un peu de banane au centre de chaque rond.



3 REFERME ET FAIS CUIRE

Recouvre avec un autre rond de pâte, appuie bien sur les bords avec une fourchette et badigeonne de jaune d'œuf.



4 DÉGUSTE

Un adulte fait cuire les chaussons au four préchauffé à 180 °C environ 15 à 20 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Laisse-les refroidir avant de les manger.



LE CONSEIL DE MIKOO

Tu peux ajouter quelques gouttes de jus de citron vert dans la banane pour encore plus de saveurs !



IDÉE GOURMANDE

Tu peux saupoudrer un peu de sucre dessus après la cuisson ou ajouter des pépites de chocolat !



LE SAIS-TU ?

La banane est un fruit très cultivé en Martinique. Elle est riche en fibres, en vitamines et donne beaucoup d'énergie !



COMMERÇANTS, PUBLIEZ VOS COUPONS DANS LE MAGAZINE MIKOO !

OFFREZ DES RÉDUCTIONS AUX FAMILLES et attirez encore plus de clients !

Mikoo
le manicou



DES OFFRES UNIQUEMENT POUR LES ENFANTS !

**-10%
-20% -30%...
À VOUS DE JOUER !**



★ PLUS DE VISIBILITÉ

👥 PLUS DE CLIENTS

❤️ DES ENFANTS HEUREUX, DES PARENTS RAVIS !

📞 CONTACTEZ-NOUS ! 0696 77 45 02