



INGRÉDIENTS



170g de
haricots
rouges cuits
(75g crus)



120g de
chocolat



40g de sucre
roux



2 oeufs



40g de
beurre

PANCAKES AUX HARICOT ROUGE

.....

ÉTAPE 1 : Mixer les haricots rouges. Ajouter le sucre et l'huile de coco.

ÉTAPE 2 : Ajouter le chocolat fondu.

ÉTAPE 3 : Ajouter les oeufs battus en omelette.

ÉTAPE 4 : Verser la préparations dans un moule beurre et faire cuire 15 minutes à 180 °C.