



Recette au top !

LE LUPIN BANANE



LA TRIBU
DES
KAWAS



Voici ma recette pour partager un moment de réconfort

LE LUPIN BANANE



TU AURAS BESOIN DE :

70mL de lupin moulu, 1 banane, 2 à 3 cuil.à café de purée d'amande non sucrée, 2 à 3 pincées de cannelle.



JE TE GUIDE :

- 1• prépare ton lupin moulu dans une cafetière à l'italienne
- 2• tranche la banane en rondelles
- 3• mixe les rondelles de banane en purée
- 4• verse la purée de banane, la purée d'amande dans ta tasse
- 5• saupoudre avec de la cannelle et mélange bien le tout
- 6• verse ton lupin chaud sur ta préparation
- 7• mélange de nouveau l'ensemble et saupoudre une nouvelle fois de cannelle
- 8• ta tribu va se régaler ;-)



Tu préfères une explication en vidéo ? C'est par ici...



www.latribudeskawas.fr | @latribudeskawas

LA TRIBU DES KAWAS • 35470 BAIN DE BRETAGNE