

Κέικ Μπανάνα με Σοκολάτα, από τον Αλέξη Επιθυμιάδη και το alwayshungry.gr!

Αυτή η συνταγή για Κέικ Μπανάνα με Σοκολάτα είναι από τα πιο νόστιμα και εύκολα κέικ μπανάνας γιατί μπορούμε να το ετοιμάσουμε χωρίς μίξερ. Χρησιμοποιώ λιγότερες μπανάνες για να είναι πιο ελαφρύ το κέικ και να μπορεί να το απολαύσει και η μικρή μου κόρη.

Η μπανάνα είναι η αδυναμία της, όπως και των περισσότερων παιδιών και επομένως το κέικ μπανάνα είναι η αγαπημένη της λιχουδιά!

Το πιο σημαντικό όμως, είναι ο χρόνος που περνάμε μαζί για να ετοιμάσουμε το κέικ μπανάνας με σοκολάτα. Η κουζίνα μας γεμίζει χαρές, γέλια και αλεύρια και παράλληλα το παιδί μαθαίνει να συγκεντρώνεται, να επικοινωνεί και να συνεργάζεται.

Το Πάσχα λοιπόν που έχουμε περισσότερο χρόνο, σας συστήνω να μαγειρέψετε με τα δικά σας παιδιά και να διασκεδάσετε όλοι μαζί! Είναι μαγικός ο τρόπος που ένα παιδί αντιδράει στα διάφορα ερεθίσματα, πώς ανακαλύπτει νέα πράγματα και πόσο πολύ απολαμβάνει στο τέλος τη δική του δημιουργία.

Χρόνος προετοιμασίας: 60 λεπτά

Μερίδες: 8-10

Υλικά Συνταγής

170 γρ [Flora με βούτυρο, σε αλουμινόχαρτο](#)

240 γρ αλεύρι που φουσκώνει μόνο του

5 γρ (1 κουταλάκι) μαγειρική σόδα

5 γρ (1 κουταλάκι) αλάτι

200 γρ ζάχαρη

2 μεγάλα αυγά (120 γρ καθαρό βάρος)

2 κουταλάκια εσάνς βανίλιας

35 γρ φρέσκο γάλα

2 μεγάλες και ώριμες μπανάνες (360 γρ καθαρό βάρος)

200 γρ σταγόνες σοκολάτας κουβερτούρα



Εκτέλεση Συνταγής

Βγάζουμε το Flora από το ψυγείο και το αφήνουμε να μαλακώσει σε θερμοκρασία δωματίου για 1 ώρα περίπου.

Σε ένα βαθύ πιάτο τοποθετούμε καθαρισμένες τις μπανάνες και τις λιώνουμε με ένα πηρούνι.



Βάζουμε το Flora σε ένα μεγάλο σκεύος και το χτυπάμε με ένα σύρμα μέχρι να αφρατέψει. Προσθέτουμε σιγά σιγά τη ζάχαρη και χτυπάμε πάλι καλά μέχρι να ασπρίσει.

Στη συνέχεια ρίχνουμε ένα ένα τα αυγά και ανακατεύουμε για να ομογενοποιηθεί το μείγμα του κέικ.

Προσθέτουμε τη βανίλια, το γάλα και ανακατεύουμε ελαφρά.

Σε ένα μεγάλο μπολ κοσκινίζουμε το αλεύρι, το αλάτι και τη μαγειρική σόδα και αδειάζουμε τη μισή ποσότητα στο μείγμα με τα αυγά. Ανακατεύουμε ελαφρά, ίσα ίσα να απορροφηθεί και προσθέτουμε το υπόλοιπο αλεύρι συνεχίζοντας το ανακάτεμα.

Στο τέλος ρίχνουμε τα κομματάκια σοκολάτας και τη μπανάνα και ανακατεύουμε πάλι απαλά.

Tip: για να μην κάτσουν οι σταγόνες σοκολάτας στο κάτω μέρος του κέικ, τις ανακατεύουμε με λίγο αλεύρι ώστε να κολλήσουν στο μείγμα του κέικ.

Μεταφέρουμε το μείγμα του Κέικ Μπανάνας με Σοκολάτα σε μία παραλληλόγραμμη φόρμα, που έχουμε αλείψει με Flora και έχουμε αλευρώσει.



Ψήνουμε το κέικ μπανάνα σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C στον αέρα, για 45-50 λεπτά περίπου. Τρυπάμε στο κέντρο του με ένα ξυλάκι και αν βγει στεγνό τότε το κέικ είναι έτοιμο.

Tip: τοποθετούμε το κέικ με μπανάνα ψηλά στον φούρνο για να ψηθεί σωστά από κάτω.

Αφήνουμε το κέικ μπανάνα στη φόρμα για 30 λεπτά και μετά το ξεφορμάρουμε με προσοχή.

Το Κέικ Μπανάνα με Σοκολάτα είναι έτοιμο για να το απολαύσουμε με όλη την οικογένεια!

<http://www.alwayshungry.gr/2017/04/keik-banana.html>