CRÊPES AUX BANANES sans œufs

2 bananes mûres

2 c. à table de miel

1 c. à thé de poudre à pâte

¼ c. à thé de sel

2 tasses de farine d’amande

¼ tasse de fécule de pomme de terre

½ tasse d’eau ou plus

Écraser les bananes et le miel dans un grand bol. Ajouter tous les ingrédients sauf l’eau. Mélanger. Ajouter l’eau , mélanger ajouter eau si trop épais.

Cuire dans une poêle. Faire des petites crêpes sinon ça risque de se défaire.

Sirop de bleuets

1 tasse de bleuets frais ou congelés

¼ tasse de sirop d’érable

Mettre tous les ingrédients dans un petit chaudron Porter à ébullition et mijoter 3 à 5 minutes.