

A DELICIOUS ALTERNATIVE TO GRAIN FLOUR

GLUTEN FREE
SANS GLUTEN



LET'S DO ORGANIC

TM/MC

ORGANIC GREEN
BANANA FLOUR
FARINE DE
BANANES VERTES
BIOLOGIQUES



NET 396g



ALTERNATIVE DÉLICIEUSE AUX FARINES DE CÉRÉALES

Let's Do...Organic® Green Banana Flour is a fine, gluten-free flour, crafted from young, organic green bananas. Tasty and versatile, Let's Do...Organic™ Green Banana Flour imparts a smooth texture and subtle, delicious flavor to cakes, pastries and more. When replacing grain flour in baking recipes, use 25% less green banana flour (ex: if recipe calls for 1 cup of wheat flour, replace with 3/4 cup of green banana flour). No extra eggs or liquid ingredients are needed.

Stir it into a favorite gravy or sauce to thicken and enhance nutritional profiles. Add it to your shakes and smoothies for thickening and added beneficial resistant starch.

Let's Do...Organic^{MC} farine de bananes vertes est une farine sans gluten faite à partir de bananes vertes biologiques. Une farine délicieuse et versatile, Let's Do...Organic^{MC} farine de bananes vertes offre une texture lisse et subtile à tous vos gâteaux, pâtisseries et plus. Dans toutes recettes qui demandent une farine de blé, vous pouvez la remplacer avec 25% moins de farine de bananes (ex: votre recette demande une tasse de farine de blé, remplacer là avec 3/4 tasse de farine de bananes). Aucun œuf ou liquide supplémentaire est nécessaire.

Remuer là dans vos sauces pour les épaissir. Ajouter dans vos smoothies pour épaissir et un ajout d'amidon résistant. Essayez nos recettes et jouez avec les vôtres. Bon appétit!

No Bake Banana Treats Yield: 4-8 Treats

Ingredients:

- 3 Tbsp Let's Do...Organic® Banana Flour
- 3 Tbsp Native Forest® Organic Coconut Oil
- 1 ½ Tbsp Cocoa powder
- 3 Tbsp Nut butter (we like cashew)
- 3 Tbsp Agave syrup



Let's Do...Organic® Shredded Coconut for rolling balls in
In a bowl, combine all ingredients (minus shredded coconut) and mix well. Refrigerate for 10-15 minutes if mixture is too thin to form balls. With a tablespoon, scoop batter and form into balls, and roll in shredded coconut until well coated. Refrigerate and enjoy!

Bouchées de bananes sans cuisson 4-8 bouchées

Ingredients:

- 3 c.-à-soupe de Let's Do...Organic^{MC} farine de bananes vertes
- 3 c.-à-soupe d'huile de noix de coco
- 1 ½ c.-à-soupe de poudre de cacao
- 3 c.-à-soupe de beurre de noix (nous aimons acajou)
- 3 c.-à-soupe de sirop d'agave

Let's Do...Organic^{MC} noix de coco rapé pour rouler les boules

Dans un bol, ajouter tout les ingrédients (sauf le noix de coco rapé) et bien mélanger. Sapoudrer le noix de coco sur une assiette. Avec une cuillère à soupe, rouler le mélange en petites boules. (Si le mélange est trop liquide pour former en boules, mettez le au réfrigérateur pendant 10-15 minutes). Rouler les boules dans le noix de coco pour couvrir. Réfrigérer et bon appétit!

See recipes at / Voir recettes: bananaflourrecipes.com



Nutrition Facts
Valeur nutritive

Per 1 Tbsp (11 g)
par 1 c. à soupe (11 g)

Amount	% Daily Value
Teneur	% valeur quotidienne
Calories / Calories 40	
Fat / Lipides 0 g	0 %
Saturated / saturés 0 g	0 %
+Trans / trans 0 g	0 %
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	
Sodium / Sodium 5 mg	0 %
Potassium / Potassium 65 mg	2 %
Carbohydrate / Glucides 10 g	3 %
Fibre / Fibres 1 g	4 %
Sugars / Sucres 0 g	
Protein / Protéines 0 g	
Vitamin A / Vitamine A	0 %
Vitamin C / Vitamine C	0 %
Calcium / Calcium	0 %
Iron / Fer	2 %

©2017 Edward & Sons Trading Co., Inc. Convenience Without Compromise®

Ingredients:
Organic Green Banana Flour.
Ingrédients:
Farine de bananes vertes biologiques.

Edward & Sons Trading Co., Inc.
PO Box 1326
Carpinteria, CA 93014 USA

edwardandsons.com
Certified organic by QAI
Certifié biologique par QAI
PRODUCT OF INDIA
PRODUIT DE L'INDE

TM/MC - Edward & Sons Trading Company Inc.



VI40C.17