



MOUSSE AU CHOCOLAT



TEMPS TOTAL

6H30



PRÉPARATION

30 mn



REPOS

5H00



NOMBRE

4 pers.



BUDGET

8€



DIFFICULTÉ

★☆☆☆☆

Soit 2€/pers

PRÉPARATION



Séparer les blancs des jaunes d'oeufs.

Faire fondre le chocolat dans une casserole au bain-marie.

Hors du feu, incorporer les jaunes

Dans un bol, battre les blancs en neige ferme à l'aide du fouet

Ajouter délicatement les blancs au mélange à l'aide d'une spatule.

Verser des vermines ou verres

Mettre au frais 5h minimum.

Décorer de cacao ou de chocolat râpé

Déguster

USTENSILES



- ✓ Bol
- ✓ Fouet
- ✓ Cuillère en bois ou spatule
- ✓ Casserole

INGRÉDIENTS



- 200 g de chocolat 60%
- 4 Oeufs

ASTUCE



Remplacer les oeufs par le jus des pois chiches.

Monter en neige de l'eau de cuisson de pois chiches à la place des oeufs:

3 cuillères à soupe d'aquafaba = 1 œuf.

CALORIES



370 KCAL

PAR PORTION

Pourquoi on aime

- ♥ Facile et rapide à préparer
- ♥ Sans sucre ajouté
- ♥ les enfants adorent



RETROUVEZ NOUS SUR NOS RÉSEAUX !

- ▶ Youtube: La Toqué Family
- ▶ Instagram: @latoquefamily
- ▶ Blog: latoquefamily.com

