LA TOQUÉ FAMILY

DESSERT

FICHE RECETTE

CUISINE NOMADE

Simple et gourmand !!



FONDANT AU CHOCOLAT SANS FOUR

TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	NOMBRE	BUDGET	DIFFICULTÉ
17 mn	10 mn	7 mn	2 pers.	4€	★☆☆☆☆

Soit 2€/pers

USTENSILES

- ✅ Casserole
- ✅ Emporte-pièces
- ✅ Bol
- ✅ Fouet
- ✅

INGRÉDIENTS

- 100 g de chocolat noir
- 50 g de beurre
- 1 œuf
- 30 g de sucre
- 20 g de farine
- 1 pincée de sel

PRÉPARATION

1. Faire fondre le chocolat et le beurre au bain-marie à feu doux, puis couper le feu.

2. Ajouter le sucre et l'œuf, puis fouetter énergiquement.

3. Incorporer la farine et la pincée de sel jusqu'à obtenir une pâte lisse.

4. Beurrer le fond de la casserole et l'intérieur des emporte-pièces.

5. Verser la pâte dans les emporte-pièces, ajouter 1 à 2 cm d'eau au fond de la casserole et cuire 7 min à feu moyen.

ASTUCE

Respectez 7 minutes de cuisson pile pour garder le cœur ultra coulant !

CALORIES

480 KCAL

PAR PORTION

Pourquoi on aime

- ❤ Sans four
- ❤ Prêt en 17 min
- ❤ Cœur ultra coulant

RETROUVEZ NOUS SUR NOS RÉSEAUX !

Youtube: La Toqué Family

instagram: @latoquefamily

Blog: latoquefamily.com

La cuisine nous fait aussi voyager !

Recette testée et approuvée