

in the ketomood



Détails :



4-6 personnes



env. 15 min



45 min

Ingredients :

200 g - chocolat 85% minimum

30 cl - crème liquide entière

20 g - Stévia (facultatif)

4 - oeufs

Sel

Recette :

Préchauffer le four à 180°.

Au bain-marie, faire fondre le chocolat noir et retirer du feu.

Dans une petite casserole, faire chauffer à feu doux la crème liquide et l'ajouter en 3 fois au chocolat en remuant avec une maryse.

Laisser refroidir et monter les 4 blancs d'oeuf en neige avec une pincée de sel.

Une fois la ganache au chocolat tiédie, ajouter un à un les jaunes d'oeufs, puis la Stévia en remuant après chaque ajout.

Terminer en y incorporant délicatement les blancs d'oeufs jusqu'à obtenir un mélange mousseux homogène.

Verser la préparation finale dans votre moule tapissé de papier cuisson.

Cuire 45 minutes à 180°.

Laisser refroidir avant de démouler et servir !