

# Fondant au coulis de chocolat

## Dessert



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :25 min

Temps de cuisson/repos :40 min

Calories par portion : 676 Kcal

Charge glycémique par portion: 33.985

## Les ingrédients

- 100.0 gr Beurre
- 120.0 gr Chocolat noir (tablette)
- 1.0 u Oeuf
- 100.0 gr Farine de blé à levure incorporée
- 100.0 gr Sucre en poudre
- 100.0 gr Cacao en poudre - Van houten
- 6.0 cl lait demi écrémé
- 6.0 cl Creme liquide 30pc
- 0.5 u vanille (extrait)

Un petit dessert gourmand pour les amoureux du chocolat.

Préchauffer le four à 180°C pendant 10min

### Etape 1:Préparation des fondants

Dans un saladier mettre les 3/4 du beurre (75gr) ramoli coupé en dès avec le sucre. Battre pour obtenir un mélange mousseux. Dans une tasse faire fondre la moitié du chocolat cassé en morceaux. Incorporer le chocolat tout en battant puis incorporer l'oeuf en continuant de battre.

Dans un bol, mélanger de manière homogène le cacao, la farine et le bicarbonate. Incorporer le tout progressivement à l'appareil, tout en mélangeant. Finir en incorporant le lait, mélanger jusqu'à obtenir une pâte lisse.

### Etape 2:Cuisson

Dans un moule à muffins en silicone répartir la préparation jusque mi-hauter. Laisser cuire 35-40 minutes au four à 180°C. Piquer avec un couteau pour vérifier la cuisson la pointe doit ressortir sèche.

### **Etape 3: Préparation du coulis de chocolat**

Dans une tasse, casser en morceaux le restant de chocolat. Faire fondre doucement au micro-ondes(position décongélation ou 300W). Ajouter le 1/4 de beurre restant (25gr) et continuer à faire fondre. Une fois le tout fondu, ajouter l'extrait de vanille , la crème liquide et mélanger avec une cueillère

### **Présentation:**

Démouler les fondants sur des petites assiettes et les recouvrir de coulis de chocolat.