

# Mousse au chocolat

## Dessert



Note : 1

Portions :8 parts

Difficulté : 2

Temps de préparation :35 min

Temps de cuisson/repos :120 min

Calories par portion : 342 Kcal

Charge glycémique par portion: -1

## Les ingrédients

- 250.0 gr Chocolat noir (tablette)
- 3.0 u Oeuf
- 60.0 gr Sucre
- 2.0 cc Rhum
- 30.0 cl Creme liquide 30pc

Le dessert des gourmands du chocolat.

### Etape 1:Préparation de l'appareil

Battre les oeufs avec le sucre dans un saladier pendant 5 minutes jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Dans une petite casserole faire fondre au bain marie le chocolat, puis l'incorporer progressivement aux oeufs avec une cuillère en fer.

### Etape 2: Préparation de la crème fouétée

Refroidir au congélateur pendant 10 minutes un recipient haut pour fouetter la crème. Mettre la crème liquide(froide) dans le recipient et fouetter jusqu'à obtenir d'une crème montée en chantilly.

### Etape 3: Préparation de la mousse

Incorporer la crème fouettée à l'appareil délicatement sans trop mélanger. Conserver un peu de crème pour recouvrir la mousse ainsi que quelques copeaux de chocolat. Mettre à reposer deux heures au frais avant de servir.