

CŒUR COULANT AU CHOCOLAT



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- 2 œufs
- Chocolat noir 80g
- Beurre (doux ou 1/2 sel) 60g
- Sucre (blanc, roux ou cassonade) 40g
- Farine blanche ou maïzena 25g

Astuces :

- Déposer une framboise (fraîche ou surgelée) et l'enfoncer un peu dans le cœur coulant avant d'enfourner.
- Ajouter un peu de cannelle à la préparation.
- Pour accentuer le goût du chocolat, ajouter 1 cuillère à soupe de cacao non sucré en poudre.

Préparation : 10 minutes | Cuisson : 10 à 12 minutes
Pour 2 personnes (= 2 ramequins)

1. Préchauffer le four à **180°C**.
2. Séparer les **carrés** de la tablette de chocolat noir.
3. Faire fondre le beurre et le chocolat au **bain-marie** (ou au micro-ondes).
4. Dans un **saladier** : mélanger le mélange chocolat/beurre fondu, le sucre, les œufs et la farine (ou la maïzena).
5. Remplir 2 petits **ramequins (8 cm de diamètre, 4 cm de hauteur)**.
6. Enfourner **10 minutes** (cœur très coulant) à **12 minutes** (cœur coulant, cuisson parfaite) et laisser refroidir quelques minutes avant de déguster.



@Recettes100faim.fr

Margaux Letort – Diététicienne & Blogueuse Culinaire

www.recettes100faim.fr