

SAUCISSON AU CHOCOLAT



Recettes100faim.fr

Pour 1 gros saucisson | Préparation : 15 minutes | Repos au frais : 1h | Pas de cuisson

Chocolat noir 200g

12 petits beurre et/ou fruits oléagineux au choix (pistaches, pécan, amandes...) = 110g au total

Beurre 1/2 sel ou doux 70g • 2 jaunes d'œuf

Sucre glace : 3 càs

1. Faire **fondre** les carrés de chocolat noir et le beurre en morceaux.
2. **Séparer** les jaunes des blancs et ne garder que les jaunes.
3. **Déposer** les petits beurres et/ou les fruits oléagineux dans un **sachet** plastique puis refermer le sachet. A l'aide d'un **rouleau à pâtisserie**, **concasser** le tout pour former des petits morceaux.
4. Dans un **saladier** : **mélanger d'abord** le chocolat noir fondu, le beurre et les jaunes d'œufs et fouetter. **Ajouter** les petits beurres et fruits oléagineux concassés et mélanger à la spatule.
5. Déposer la préparation dans un **film étirable** transparent et former un **petit rouleau**, ni trop épais ni trop fin. Réserver **au frais au moins 1h**, le saucisson va durcir.
7. A la sortie du frigo, retirer le film plastique et **rouler** le saucisson dans le sucre glace. Le découper en **fines tranches** et servir.

Conseils & astuces de diététicienne :

- Les fruits oléagineux sont riches en protéines, fibres et bonnes graisses.
- Vous pouvez remplacer une petite partie des petits beurre/fruits oléagineux par des biscuits spéculoos (ou par une plus petite quantité de minis guimauves ou de riz soufflé).
- **Conservation** à température ambiante (ou au frais s'il fait très chaud).



Margaux Letort - diététicienne & blogueuse culinaire

www.recettes100faim.fr

