



Coulant 100% chocolat sans sucre ajouté



25 minutes



280/portion



4 personnes



Sans sucre ajouté
Antioxydants

Ingrédients



100 g chocolat noir 70%



50 g beurre



1 œuf entier + 1 jaune



60 g compote de pomme sans sucre ajouté



10 g farine complète de blé

Étapes

- Préchauffer le four à 180°C.
- Faire fondre le chocolat avec le beurre.
- Hors du feu, ajouter l'œuf entier, le jaune et la compote. Mélanger.
- Ajouter la farine et le sel, mélanger juste assez pour homogénéiser.
- Verser dans 4 moules individuels légèrement graissés.
- Cuire 8 à 10 min selon l'intensité du coulant souhaité. Démouler délicatement et servir immédiatement.