

Fondant *choco/coco light*



40 min
Préparation



250 kcal
/part



1 gâteau
8 parts

Les ingrédients

Chocolat noir	200 g
Oeufs	4
Fromage blanc	250 g
Huile de coco	30 g
Sucre de coco	50 g
Farine de coco	40 g
Levure	1 sachet

La préparation

- 1 Préchauffer le four à 180°C.
- 2 Faire fondre le chocolat (bain-marie/micro-ondes)
- 3 Mélanger le chocolat fondu avec l'huile et le sucre. Bien fouetter.
- 4 Ajouter les jaunes d'œufs, la farine et le fromage blanc.
- 5 Monter les blancs en neige et les ajouter délicatement à la préparation.
- 6 Verser dans un moule antiadhésif.
- 7 Cuire à 180°C pendant 20 minutes environ.



Peu calorique



IG bas



Gourmand