

Aux Petits Bonheurs d'Ottoki...

<http://bonheursdottoki.canalblog.com/>

Gâteau au chocolat allégé WW

J'ai ouvert un de mes nombreux livres de recettes allégées pour vous proposer ce gâteau au chocolat qui sera prêt en 6 minutes seulement...Crocrobien et crocrobou !
Ce gâteau est tout mousseux....un régal !



Si vous avez des invités qui arrivent à l'improviste, hop, en moins de 10 min, vous aurez un petit goûter à leur proposer....

Pour 10 personnes. 3,5 🦋 🍷 par personne.

100 g de chocolat
50 g de beurre
60 g de farine
40 g de sucre
1/2 sachet de levure chimique
100 g de crème liquide à 5% (j'ai mis de la 15%)
2 petits œufs

Faire fondre le chocolat avec le beurre au four à micro-ondes, 2 minutes, puissance 750 W. Dans un récipient, mélanger au fouet : farine + sucre + levure.

Ajouter la crème liquide + les œufs entiers + chocolat/beurre.
Le tout doit être bien homogène.

Verser la préparation dans un moule adapté au four à micro-ondes et faire cuire 4 min, puissance 750 W.

Moi, j'ai mis puissance 600 W pour la même durée et c'était cuit impeccable !

J'ai utilisé des moules silicones achetés dans mon magasin discount.

Pour la déco, à vous d'imaginer quelque chose de sympathique...

Source : Recettes vite prêtes de WeightWatchers.