

Mousse au chocolat

Valeurs nutritionnelles : Protéines : 5,3g ; Lipides : 3,7g ; Glucides : 12,1g

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 500mL de lait
- 40g de farine
- 3 œufs
- 5 cuillères à soupe d'édulcorant
- 3 cuillères à soupe rases de cacao non sucré
- 3 clémentines



Etapes :

1. Délayer à froid le lait avec la farine ou un peu moins de maïzena.
2. Sur feu doux, faire épaissir le mélange sans cesser de remuer.
3. Incorporer le cacao.
4. Laisser tiédir et incorporer l'édulcorant et les jaunes d'œufs.
5. Battre les blancs en neige ferme puis les incorporer délicatement au mélange.
6. Faire prendre au réfrigérateur pendant au moins 2h.
7. Décorer votre mousse avec des quartiers de clémentines.

Variantes :

Vous pouvez réaliser une crème dessert au chocolat sans y ajouter les blancs en neige.