Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Fondant poire chocolat

Imprimer

Commenter

Préparation: **20**

Ingrédients
6

- 170 g de chocolat noir à 70 ou 75 %
- 120 g de margarine végétale
- 60 g de sucre coco (ou autre)
- 80 g de poudre d'amande
- 50 g de farine sans gluten (ici : 30 g de farine de banane et 20 g de farine de riz demi-complet)
- 125 g de yaourt de chanvre (ou autre)
- 2 poires
- Sel au goût

1. Verser de l'eau dans la cuve (environ au tiers) du vitaliseur et la mettre à chauffer. Ou utiliser votre bouilloire, ca ira plus vite !
2. Faites fondre le chocolat et la margarine dans un saladier que vous aurez posé sur le tamis du vitaliseur
3. Puis, ajoutez hors du feu, le sucre, la poudre d'amande et la farine et mélangez bien.
4. Ajoutez le yaourt et le sel et mélangez de nouveau.
5. Versez la préparation dans un plat de diamètre max de 23 cm
6. Ajoutez les poires sur le dessus que vous aurez épluchées et coupez dans la longueur
7. Posez le plat sur le tamis du vitaliseur (il ne doit pas toucher les bords) et faites cuire 35 mn

Un super fondant pour les amoureux du chocolat, sans gluten, ni lactose

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d’asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises