FONDANT CHOCOLAT VÉGAN

Sans œufs ni produit laitier, pour un résultat très fondant et très chocolaté. Le lait de coco crémeux riche en matière grasse permet de réduire l'indice glycémique de ce délicieux gâteau qui contient 2 à 3 fois moins de sucre que la recette classique, pour être tout aussi délicieux

50 gr chocolat 80 gr farine de riz 1/2 càc poudre à lever 300 ml Lait de coco 50 gr miel 30 gr mélasse



10 minutes 30 minutes



6 portions



1. Dans une terrine, rassembler le 2. Ajouter le lait de coco





3. Bien mélanger au fouet pour ne pas avoir de grumeaux



4. Ajouter la farine

chocolat



mélangée à la farine



5. Ajouter la poudre à lever 6. Mélanger le tout au fouet jusqu'à une pâte bien lisse



7. Sucrer partiellement avec de la 8. Ajouter le miel mélasse, qui a un parfum particulier (sinon du miel ou autre sucre)





9. Chemiser un plat à gâteau avec du papier sulfurisé. Prévoir une taille adéquate (trop grand l'épaisseur du gâteau serait trop fine)



coulante dans le plat



Verser la pâte chocolatée 11. Enfourner à 180°C pendant au 12. Sortir du four et laisser refroidir.



moins 30 minutes sans ouvrir le four Ici la couleur est très foncée en raison de la présence de mélasse noire, mais le gâteau est fondant à point.