

MOUSSE CHOCOLAT AU LAIT COCO

Les acides gras du chocolat et de la noix de coco réduisent l'indice glycémique du sucre, présent dans le chocolat pâtissier. Mais ils sont aussi bénéfiques au niveau du tube digestif. Cette délicieuse préparation surpasse largement les desserts industriels.

80 gr chocolat noir pâtissier
1/2 boîte Lait de coco
2 œufs



🕒 15 minutes
🔥 5 minutes
🍴 2-4 Portions



1. Récupérer la moitié d'une boîte de lait de coco



2. Couper le chocolat en carreaux et pendant ce temps chauffer le lait de coco dans une casserole avec si possible une pincée d'agar agar, ce qui aidera s'il y a beaucoup de fluide



3. Prendre un saladier et un ramequin pour clarifier les œufs



4. Lorsque le lait de coco est très chaud, le verser sur le chocolat



5. Remuer rapidement pour un mélange homogène



6. Si ce mélange n'est pas assez chaud, le placer dans un bain marie (eau frissonnante dans la casserole)



7. Dès que le chocolat est bien liquide et bien chaud, plonger les jaunes d'œufs



8. Remuer sans attendre très vivement au fouet pour mélanger les jaunes au chocolat



9. Reprendre les blanc d'œuf et saler un peu pour aider la mise en neige



10. Une fois les blancs en neige verser le chocolat petit à petit par dessus



11. Mélanger délicatement



12. Dès que la mousse est homogène, verser dans des coupes



13. Les quantités données sont pour 2 grosses coupes (pour les plus gourmands) sinon 4 personnes serait plus raisonnable



14. Placer au frais le temps que la mousse se solidifie