

Moelleux au chocolat green

Ingrédients pour 10 personnes :

- 100 g de betterave rouge précuite
- 200 gr de courgette
- 200 g de chocolat noir 70%
- 3 gros œufs
- 100 g de sucre de canne en poudre
- 1 sachet de sucre vanillé
- 50 g de farine
- 1 sachet de levure type Baking powder
- 1 pincée de sel

Préparation :

Préchauffez le four à 180°C.

Chemisez un moule à gâteau avec du papier sulfurisé.

Epluchez et coupez la betterave et la courgette.

Mixez la betterave.

Cuire la courgette à la vapeur et la mixer.

Mélangez les œufs, le sucre et le sucre vanillé en fouettant bien.

Faites fondre le chocolat au bain marie (ou au micro-ondes avec 1 c. à soupe d'eau), y incorporer la courgette mixée.

Incorporez au mélange œufs-sucre blanchit, la purée de betterave, l'appareil chocolat-courgette, et le sel, y ajouter progressivement la farine tamisée et le Baking powder.

Versez la pâte dans le moule et cuire pendant 25-30 minutes.



N.B. : cette recette est une recette allégée du moelleux au chocolat classique : le beurre est remplacé par la courgette qui donne la texture moelleuse, et le sucre est remplacé par la betterave. Le gâteau est 2 à 3 fois moins calorique (gras, et sucré) qu'un moelleux au chocolat classique.