

Moelleux au chocolat sans gluten et sans produits laitiers

Un classique dans lequel on remplace la farine de blé par de la farine de riz et le beurre par du beurre végétal ...Encore une recette facile à faire et qui fait son effet ...

Ingrédients :

- 170g de farine de riz complet
- 170g de margarine bio (marque Vitaquell ou Bonneterre)
- 150g de sucre roux ou de coco (indice glycémique bas)
- 270g de chocolat à pâtisserie bio
- 6 œufs bio
- 1 sachet de levure ou 2 cc de bicarbonate
- 1/2 cc de poudre de vanille
- ici pour la déco : sucre glace et pépites de chocolat.

Recette :

- Faire chauffer le four à 180°
- Séparer les blancs des jaunes d'œufs
- ps : pour les végan remplacer les blancs d'œufs par du jus de pois chiche monté en neige et les jaunes d'œufs par de la compote de pomme sans sucre ajouté.
- Mélanger les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que cela donne un mélange mousseux. • Faire fondre le chocolat et la margarine à feux doux et au bain marie de préférence.
- Ajouter au mélange d'œufs et de sucre.
- Mélanger la farine et la levure ou le bicarbonate.
- Incorporer le tout au mélange œufs/sucre/chocolat/margarine.
- Monter les blancs en neige bien fermes et les incorporer délicatement à la cuillère sans les casser.
- Verser l'appareil dans un plat huilé et fariné.
- Temps de cuisson : 30mn à 180°

Bon appétit



on fait souvent trop cuire les gâteaux. Piquer avec un couteau jusqu'au centre du gâteau, il sera cuit quand la lame ressortira légèrement humide mais sans aucune pâte collée. Sortir le gâteau du four à ce moment là et le laisser à refroidir.