

Gâteau au chocolat sans beurre sans sucre

Avec ou Sans Companion de moulinex

INGRÉDIENTS :

- 200g de courgette
- 3 oeufs
- 80g de farine de petit épeautre intégral (on peut la remplacer par une autre farine)
- 200g de chocolat
- 1 sachet de levure chimique
- 50g de sirop d'agave
- 1 pincée de sel

ÉTAPES :

- Préchauffer le four à 180° en chaleur tournante
- Faire fondre le chocolat au bain-marie
- Séparer les jaunes et les blancs
- Monter les blancs en neige au Companion avec le fouet (vit7, 6min), si vous n'avez pas le robot il suffit d'utiliser un batteur électrique ou bien l'huile de coude ! Réserver les blancs dans un autre récipient et rincer le bol



- Éplucher la courgette et peser 200g, la mixer au Companion vit 12 avec l'ultrablade pendant 20/30 sec, sans Companion il vous suffit soit de la mixer avec un autre robot ou de la râper à la main

- Mélanger les jaunes avec le sirop d'agave, ajouter la courgette, le chocolat et enfin la farine et la levure
- Incorporer les blancs délicatement
- Dans le moule de 24cm de diamètre mettre un papier cuisson puis verser la préparation
- Enfourner pour 18min environ tout dépend de votre four



BE HAPPY BE PINK
