






Mousse au chocolat à la menthe



Mousse au chocolat à la menthe

€€    20 mn
+ 1 nuit
(refroidissement)  5 mn 

Pour 4 personnes

- 4 œufs
- 6 c. à soupe de sirop d'agave à la menthe bio* Maison Meneau
- 2 c. à soupe de sucre blond
- 2 c. à café d'arrow-root (féculé)
- 1 c. à café d'agar agar
- 100 ml d'eau
- 120 g de chocolat 70% cacao
- 240 g de fromage blanc en faisselle (chèvre de préférence)
- feuilles de menthe pour la déco

Préférez les ingrédients issus de l'agriculture biologique

UNE MOUSSE À LA FOIS LÉGÈRE ET GOURMANDE.

L'originalité de cette mousse tient à la présence de fromage frais en faisselle qui permet de limiter le nombre d'œufs. Le sucre est principalement apporté par le sirop d'agave bio*. Son parfum subtil à la menthe s'harmonise parfaitement avec la faisselle de chèvre. Moins d'œufs, moins de sucre, du chocolat noir...

Séparer les blancs des jaunes d'œufs.

Dans un bol, mélanger énergiquement au fouet les jaunes d'œufs avec le sirop d'agave à la menthe bio*, le sucre, l'arrow-root et l'agar agar, jusqu'à obtenir un mélange mousseux.

Faire fondre le chocolat avec quelques cuillérées d'eau dans une casserole en tournant avec une cuillère en bois.

Ajouter le mélange d'œuf et un peu d'eau pour obtenir une texture nappant la cuillère. Laisser cuire doucement 30 secondes en mélangeant constamment.

Dans un bol, battre la faisselle pour la lisser. Y ajouter le contenu de la casserole et mélanger soigneusement.

Monter les blancs en neige avant de les incorporer délicatement.

Verser dans des coupes et placer au frais une nuit.

Coût : Bon marché €€ - Prix moyen €€€ - Cher €€€€

Degré de difficulté : Facile  - Délicat   - Difficile  

Temps de préparation :  **Temps de cuisson :** 

Indice glycémique : bas  - moyen   - élevé  

*100% des ingrédients d'origine agricole sont issus de l'agriculture biologique

FABRICATION ARTISANALE



LE PLAISIR DU GOÛT

Maison Meneau
18 avenue Pasteur - 33450 Saint Loubès
contact@meneau.com
Tél. 05.57.97.14.60 - Fax 05.57.97.14.65
www.meneau.com

Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé

Contact Presse :
Stéphanie Gentilhomme - Port. 33 (0)6 84 61 62 68
stephaniegentilhomme@rendezvous-rp.com
Emeline Réthoré - Tél. 33 (0)1 45 41 13 20
emeline@rendezvous-rp.com