Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Gourmandises au thé matcha et chocolat noir

Imprimer
Commenter

Préparation: **15**

Ingrédients
4

- 1 yaourt de soja
- 1 oeuf
- 1 pot de yaourt de farine de coco
- 1 pot de yaourt de farine de châtaigne

- 1 c à s de levure sans gluten (pour moi = un mélange moitié d'arrow root + moitié de bicarbonate de sodium)
- 3 c à s de sirop d'agave
- 2 c à c de thé vert matcha
- 1 pincée de fleur de sel
- 75 ml d'eau + 1 bonne cuillère mesure de lait amande/châtaigne en poudre ou 80 ml de lait végétal
- 40 g de chocolat noir à 70%

1. Verser de l'eau dans la cuve (environ au tiers) du vitaliseur et la mettre à chauffer. Ou utiliser votre bouilloire, ca ira plus vite !
2. Verser le yaourt dans un saladier et laver le pot
3. Ajouter tous les autres ingrédients sauf le lait et le chocolat et mélanger pour obtenir une pâte bien homogène
4. Ajouter le lait petit à petit en mélangeant
5. Casser grossièrement le chocolat et l'ajouter à la préparation, mélanger
6. Huiler vos 8 minis moules
7. Verser la pâte dans les moules que vous placerez sur le tamis du vitaliseur pour 20 mn
8. Se démoulent facilement tièdes
9. Saupoudrer de thé vert matcha (facultatif)

Délicieusement peu sucré ...

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d’asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises