

Du chocolat... Rien que ça, c'est, de toute façon, déjà gourmand !
Mais cette recette a surtout un atout santé : elle est sans gluten et sans lactose !
Rapide, facile, elle est idéale pour une petite gourmandise sur le pouce...

CROUSTI-MOELLEUX AU CHOCOLAT

6 personnes

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 5 à 12 minutes selon
le moelleux souhaité

- 200 g de chocolat noir
en morceaux
- 50 g de purée de sésame
- (ou autre purée d'oléagineux)
- 50 g de sucre de coco
(ou sucre de canne)
- 50 g de poudre de noisettes
- 50 g de poudre d'amandes
- 1 œuf entier
- 1 c. à s. de farine de riz
semi-complet
- 1 c. à c. de poudre à lever
(sans gluten si possible)
- 1 pincée de sel
- 1 poignée de noisettes concassées
grossièrement

- Faire fondre le chocolat noir au bain-marie et retirer
du feu.
- Ajouter la purée de sésame, le sucre de coco,
la poudre de noisettes, la poudre d'amandes.
- Ajouter l'œuf entier
- Ajouter la farine de riz semi-complet mélangée
à la poudre à lever et au sel.
- Ajouter une poignée de noisettes.
- Etaler la pâte obtenue avec une épaisseur de 1 cm
sur du papier cuisson dans un plat à four, faire cuire
5 à 12 minutes au four à 180 °C selon la consistance
souhaitée... plus c'est cuit, plus c'est croustillant et
friable !
- Laisser refroidir et déguster !

*Ce n'est pas vraiment un gâteau de dessert mais plutôt une
gourmandise à grignoter autour d'une infusion ou d'un lait
d'or... ayurvédique ! Si le gâteau est bien cuit, il devient friable
et il est alors très facile de l'utiliser comme un muesli sur de la
compote ou un yaourt.*