

Triangles au Chocolat



Préparation : 15 minutes
Cuisson : 15 minutes

Ingrédients pour 10 parts:

- 200 g de courgette râpé finement
- 100 g de dattes (dénoyautés)
- 200 g de chocolat noir 52 % ou 60 %
- 2 œufs
- 60 g de farine
- 40 g de Maïzena
- 5 g de levure chimique
- 1 pincée de sel
- quelques framboises

Préparation :

Plongez les dattes dans l'eau bouillante pendant 10 minutes.

Pendant ce temps là, faites revenir les courgettes dans une poêle à feu moyen, ils doivent être fondantes.

Préchauffez votre four à 180°C (th.6/traditionnel) et posez votre moule **Triangles** (FP 2785) sur la plaque perforée.

Faites fondre le chocolat au micro-onde (2 minutes à 450W pour moi) ou bain-marie.

Mettez la courgette, les dattes égouttés, le chocolat fondu et les œufs dans le bol du i-Cook'in et mixez une première fois pendant 1 minute en vitesse 5.

Ajoutez la farine, la levure et la pincé de sel puis mixez encore 30 secondes en vitesse 5.

Remplissez les empreintes au 3/4 et disposez quelques framboises. Faites cuire environ 15 minutes. Laissez refroidir quelques minutes avant de démouler délicatement.

Source : Inspiré par une recette de healthyfoodcreation (Délices sains Tome 2)

Cette recette vous est offerte par **Mon p'tit Atelier Culinaire**
© by Maïke <http://www.monptitatelierculinaire.com>