

SOUFFLES CHOCO MINUTE



Ingrédients :

- 120 g de chocolat pâtissier
- 4 oeufs
- 150 g de lait
- 35 g d'huile de tournesol
- 120 g de sucre
- 120 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 20 g de sucre glace

Préparation :

- préchauffer le four à 180°
- mettre dans le bol, le chocolat coupé en morceaux et mixer 10 secondes à vitesse 7. Transvaser dans un récipient et réserver
- à l'arrêt de la minuterie, ajouter les œufs, le lait, l'huile et le sucre puis mélanger 10 secondes à vitesse 4
- puis ajouter la farine, le levure et le chocolat et pétrir 1 minute en mode épi
- placer 6 ramequins beurrés sur la plaque perforée
- remplir chacun des ramequins jusqu'à 2 cm du bord et les enfourner pendant 20 minutes
- les laisser tiédir puis les saupoudrer de sucre glace avant de les servir

Vous pouvez retrouver la recette dans le magazine "Thermomix et vous" n° 35

THERMOMINOUX 2013

<http://thermominoux.over-blog.com>