

# Mousse au chocolat sans œuf

## Mousse au chocolat sans œuf

Une envie de mousse au chocolat sans faire grimper les chiffres de la balance ? J'ai la recette qu'il vous faut !

**Une mousse aussi légère que gourmande au bon goût de chocolat, blanc, au lait ou noir ? Ça, c'est vous qui choisissez !**

L'ingrédient qui permet ce miracle ? **Le jus de pois chiche !** Oui, écrit comme ça, je ne vous vends pas du rêve... Mais je vous assure que j'ai bluffé le chéri, il n'y a vu que du feu, aucune odeur de pois chiche, juste une délicieuse mousse au chocolat qui pourra même convenir aux **vegans** puisqu'aucun produit de source animale n'a servi à ce dessert !

En revanche, elle ne convient qu'aux gourmands... Malheureusement, son temps de conservation est très court, pas plus de 48 heures au frigo.

Alors, en piste ! Le chocolat, ça n'attend pas

# Mousse au chocolat sans oeuf



Préparation : 10 min

Repos : 2h00



Difficulté



Nombre de parts :

6 verrines



## INGRÉDIENTS

Le jus d'une boîte de pois chiches (120g)

150 g de chocolat noir pâtissier

30g de sucre glace

1 pincée de sel

Des litchis frais pour la présentation

## PREPARATION

1. Préparez les litchis, enlevez les coques, les noyaux et découpez-les en petits morceaux, mettez-les de côté.
2. Faites fondre votre chocolat au bain-marie ou au four à micro-ondes.
3. Pendant ce temps, montez le jus des pois chiches en neige à l'aide d'un fouet électrique pendant 4 à 5 minutes ajouter petit à petit le sucre glace en continuant de fouetter.
4. Quand votre chocolat est complètement fondu, ajoutez-y une pincée de sel et le jus des pois chiches monté en neige.
5. À l'aide une spatule en bois ou d'une maryse, incorporez délicatement le jus des pois chiches au chocolat fondu sans casser les blancs.
6. Placez-les deux heures minimums au frais. Avant de servir disposer des morceaux de litchis.

## ASTUCES

Vous pouvez remplacer les litchis par d'autres fruits de saison, comme des kiwis ou des mandarines.

Pas d'inquiétude, il n'y a aucune odeur de pois chiche dans cette recette !

1 PERSONNE

51 KCAL











