

Gâteau chocolat-courgette et son coulis de framboise

Source : inspirée de la recette du site www.hervecuisine.com/recette/gateau-chocolat-sans-beurre-et-sans-sucre



30 mn



25 à 30 mn



180



1h



8

- 200 g de chocolat noir à cuisiner (+70%)
- 20 g de cacao en poudre avec ou sans sucre
- 200 g de courgette épluchée et râpée
- 30 g de maïzena
- E paquet de sucre vanillé (ou 2 càs de sirop agave)
- Parfum : vanille en gousse ou arôme vanille
(+ facultatif : 1 bouchon de bouteille de rhum)
- 4 oeufs : blancs et jaunes séparés
- Coulis de framboise : 500g de framboises, ½ jus de citron et 1 à 2 cuillères à soupe de sucre semoule (selon votre goût)



- 1** Préchauffer votre four ;
- 2** Mettez le chocolat à fondre avec 1 cuillère à soupe d'eau au bain marie ou au micro-onde
- 3** Epluchez la courgette et la râpez, vous devez récupérer 200g sans l'égoutter.
- 4** Pesez et mesurez tous les autres ingrédients ; séparez les blancs des jaunes, montez les blancs.
- 5** Dans un récipient : - fouettez : sucre + jaunes d'œuf + vanille ;
 - ajoutez la poudre de cacao +1/3 de courgette + maïzena → mélanger ;
 - ajoutez le chocolat fondu + reste de courgettes (+rhum) → mélanger ;
 - ajoutez les blancs d'œufs délicatement en soulevant bien la pâte.
- 6** Versez cette préparation dans un moule (mettre du papier de cuisson au fond si ce n'est pas un moule en silicone) pas besoin de beurrer le moule – enfournez 180°C pendant 25 à 30 minutes.
- 7** Préparer votre coulis : lavez les framboises, les mettre dans le mixer avec le citron et le sucre → mixer ; passez ce mélange au tamis fin pour enlever les graines – réservez au réfrigérateur.
- 8** Démoulez le gâteau – attendre qu'il refroidisse pour le déguster avec le coulis de framboise.

Remarque : possibilité de rajouter 80g de poudre d'amande avec le reste de courgettes, essayez !