MOUSSE AU CHOCOLAT

Barbara BRICARD
NATUROPATHIE
& RÉFLEXOLOGIE

Ingredients

(4 personnes)

- **Le jus d'un bocal de pois chiches (récupéré lors d'une précédente recette)**
- **200 grammes de chocolat noir**
- **2 CS d'huile de noisettes**

Réalisation

- **- Monter en neige le jus des pois chiches : l'effet est bluffant !**
- **Faire fondre le chocolat avec 2 cuillères à soupe d'huile de noisettes**
- **Dès que le chocolat est fondu, l'incorporer aux blancs en neige et fouetter énergiquement pour éviter que le chocolat durcisse (il n'y a pas de beurre !)**
- **Dresser aussitôt dans des ramequins**
- **Laisser au frais pendant 2 heures minimum**
- **Déguster à souhait et sans scrupules !!!**