



### Moelleux au chocolat healthy

Temps de préparation : 5 minutes

Temps de cuisson : 18 minutes

Recette pour 4 à 6 personnes

#### Ingrédients

- 2 œufs
- 25 cl de lait
- 125 g de chocolat noir
- 40 g de Tapioca Express Tipiak
- carrés de chocolat au lait ou de chocolat blanc
- Pralin

1. Faites préchauffer le four à 180° C.
2. Séparez les blancs des jaunes d'œufs.
3. Dans une casserole, versez le lait, le chocolat en morceaux, les jaunes d'œufs battus, le Tapioca Express Tipiak. Faites chauffer à feu doux jusqu'à fonte complète du chocolat, en mélangeant bien. Laissez tiédir.
4. Montez les blancs en neige, incorporez-les délicatement au mélange.
5. Versez la pâte dans des moules individuels, placez au milieu de chacun un carré de chocolat, saupoudrez de pralin.
6. Faites cuire 18 minutes à 180° C.
7. Laissez tiédir ou refroidir et dégustez.