



DÉFI ALIMENTATION



CRÈME DESSERT AU CHOCOLAT



Pour 10 petits pots



10' préparation et 10' cuisson



Coût* : 4 €
soit 0,40 €/pers

LES INGRÉDIENTS

- 200 g de chocolat
- 1L de lait de vache
- 30g de sucre
- 30g de fécule de maïs

LES ATOUTS DE LA RECETTE

Pour une crème dessert **100% végétale**, remplacez le lait de vache par la boisson végétale de votre choix (soja, amande, riz, etc.)

Vous pouvez aussi varier les parfums de votre crème dessert : citron, café, vanille, aux plantes, etc.



LA PRÉPARATION

Dans une casserole, **verser** le lait froid et **ajouter** la fécule de maïs.

Au fouet, **mélanger** bien pour que la fécule se dilue dans le lait. **Faire** la même chose avec le sucre.

Ajouter le chocolat préalablement coupé en morceaux.

Mettre la casserole à chauffer à feu moyen en **mélangeant** régulièrement avec le fouet.

Quand la préparation commence à s'épaissir, **continuer à mélanger** sans arrêt.

Une fois que la préparation s'est bien épaissie, **retirer** la casserole du feu et **verser** immédiatement dans vos petits pots en verre.

Les crèmes se consomment froides et peuvent se conserver plusieurs jours au frais.

(*) le coût de la recette est indicatif et susceptible d'évoluer en fonction des lieux d'achats et du contexte