Recette Mousse au chocolat aquafaba et pois chiches caramélisés

Temps : 20 min **Niveau :** Facile **Personnes :** 10

Une mousse au chocolat légère et surprenante réalisée à base d'aquafaba, sublimée par des pois chiches caramélisés pour une touche croquante et originale.

Préparation

Etape 1

Ouvrir la boite de pois chiches, égoutter les pois et garder le jus.

Etape 2

Réaliser un caramel à sec avec 50 gr de sucre, y verser 80 gr de pois chiches (égouttés et séchés), bien remuer et laisser refroidir.

Etape 3

Monter 250 gr de jus de pois chiche et serrer avec les 50 gr de sucre restants.

Etape 4

Faire fondre doucement le chocolat au bain marie, laisser refroidir et ajouter le cacao.

Etape 5

Incorporer les blancs au chocolat et mouler dans les ramequins. Laisser prendre minimum 2h au frigo.

Etape 6

Servir avec les pois chiches caramélisés.

Ingrédients

1 pièce(s) Pois chiches

100 g Sucre cassonade

200 g Pistole chocolat noir

20 g Cacao en poudre

Valeurs nutritionnelles

Informations pour	100g
Valeur énergétique	1074
Matières grasses (g)	6,2
Dont acides gras saturés	10,3
Glucides (g)	36
Dont sucres	34
Protéines (g)	3,5
Sel (g)	0,01

Conseils

L'ASTUCE ANTI-GASPI DU CHEF
Garder les pois chiches pour réaliser un houmous pour une entrée et garder quelques pois chiches pour faire caraméliser en décor de la mousse. S'il vous reste du pain, le faire sécher, le broyer légèrement, le mélanger avec du beurre et du cacao pour ensuite le faire cuire au four et s'en servir comme un crumble au cacao.