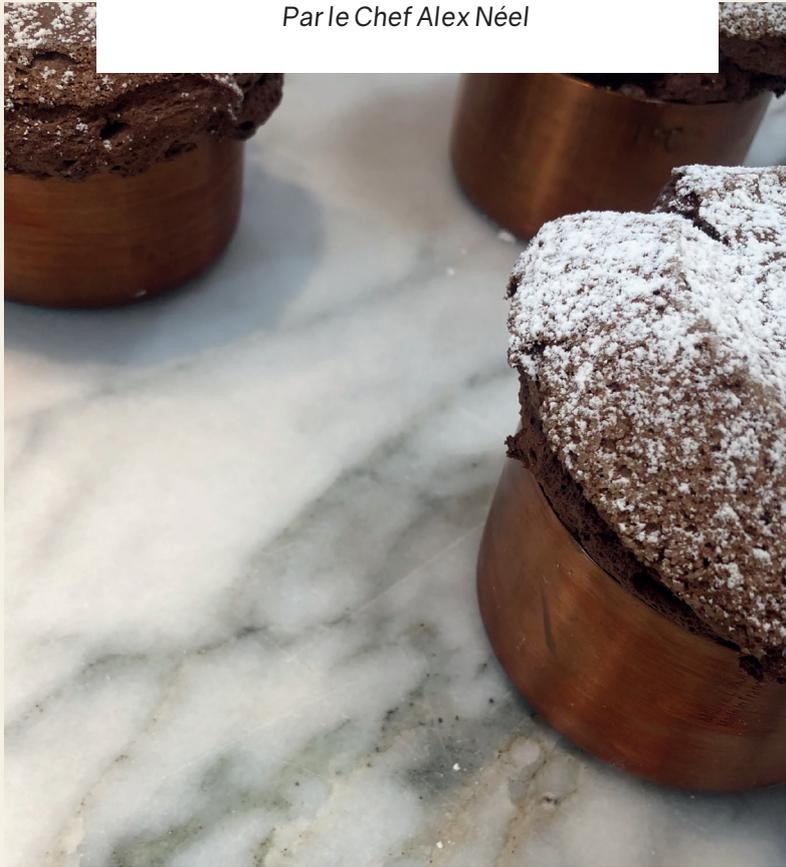


# Soufflés au chocolat

Par le Chef Alex Néel



On veut du chocolat !!! Vous allez être «soufflé» par cette recette 100% Mauviel1830, avec le chef Alex Néel. En avant les gourmands !

## INGRÉDIENTS

### Crème pâtissière chocolat

¼ litre de lait entier  
50g de sucre  
25g de cacao poudre 100%  
50g d'œufs  
13g d'amidon de maïs  
13g farine  
25g de beurre

### Appareil à soufflé

325g de crème  
pâtissière froide  
150g de blancs d'œufs  
50g de sucre  
10g de sucre glace

## PRÉPARATION

### Crème pâtissière au chocolat :

Dans une casserole, faire chauffer le lait avec la moitié du sucre. Dans un saladier, blanchir les œufs et le reste de sucre, ajouter la farine et l'amidon tamisés. A ébullition, verser une partie du lait dans le mélange précédent, afin de détendre et monter en température. Reverser le tout dans la casserole en mélangeant énergiquement, faire bouillir 2 à 3 minutes. Hors du feu, incorporer le beurre et la poudre de cacao 100%. Filmer la crème au contact et faire refroidir pour la suite de la recette.

### Appareil à soufflé :

Chemiser les moules à soufflé avec du beurre à peine fondu et du sucre semoule. Faire tiédir la crème pâtissière à environ 35°C avec le fouet. Monter les blancs en neige avec le sucre pour obtenir une meringue. Incorporer progressivement à l'aide d'une maryse la meringue dans la crème pâtissière et mélanger délicatement. Remplir les moules à soufflé à hauteur et saupoudrer de sucre glace, bien nettoyer les bords des moules avec du papier absorbant. Enfourner à 190°C pendant 20-25 minute sans ouvrir la porte du four. Servir rapidement.