



La recette en vidéo sur le Net et sur iTunes (gratuit):



[www.cooperation-online.ch/recette](http://www.cooperation-online.ch/recette)

## Tourte à la mousse au chocolat

### Ingrédients

**Pour env. 12 parts**  
env. 1199 kJ/287 kcal/part

### BISCUIT

35 g de beurre  
50 g de chocolat noir (70% de cacao)  
50 g de sucre  
2 jaunes d'œufs frais  
2 blancs d'œufs frais  
1 pincée de sel  
2 cs de sucre  
40 g de farine blanche

### MOUSSE

3 jaunes d'œufs frais  
60 g de sucre  
150 g de chocolat noir (70% de cacao), fondu  
2 feuilles de gélatine, ramollies env. 5 min dans de l'eau froide, égouttées

2 cs d'eau, bouillante  
3 blancs d'œufs frais  
1 pincée de sel  
2 dl de crème entière

### DÉCORATION

1 dl de crème entière  
un peu de chocolat noir (70% de cacao)  
7 pralinés œufs de Pâques  
Fine Food Coop

### Mise en place et préparation

Env. 45 min  
Cuisson au four: env. 12 min  
Mise au frais: env. 2 h  
Pour un moule à charnière d'env. 24 cm de Ø, le fond chemisé de papier sulfurisé, le cercle graissé

### Préparation

**BISCUIT:** faire fondre le chocolat et le beurre sur feu doux, laisser tiédir. Fouetter le sucre avec les jaunes d'œufs pendant env. 5 min jusqu'à ce que l'appareil blanchisse et devienne mousseux. Incorporer la masse au chocolat. Fouetter les blancs en neige ferme avec le sel, ajouter le sucre, continuer à fouetter un instant jusqu'à ce que la neige brille. Répartir la farine avec les blancs en neige sur la masse, incorporer délicatement. Remplir le moule préparé avec la masse.

Cuisson au four: env. 12 min au milieu du four préchauffé à 180° C. Retirer, laisser refroidir dans le moule.

**MOUSSE:** fouetter les jaunes d'œufs avec le sucre pendant env. 5 min jusqu'à ce que l'appareil blanchisse et devienne mousseux. Incorporer le chocolat. Diluer la gélatine avec l'eau bouillante, ajouter à la masse aux œufs, bien mélanger. Fouetter les blancs d'œufs en neige ferme avec le sel. Fouetter la crème en chantilly et incorporer délicatement avec les blancs en neige à la masse au chocolat. Répartir la mousse sur le biscuit, mettre au frais env. 2 h à couvert.

**DÉCORATION:** fouetter la crème, la répartir sur la tourte. Faire des copeaux de chocolat et répartir sur la crème. Décorer avec les œufs en chocolat.

## A savoir Le chocolat, source de plaisir



**Anna Späh,**  
du Service  
diététique  
de Coop

Le chocolat est composé de pâte de cacao, de poudre de cacao, de sucre ou encore de beurre de cacao et, selon les recettes, de noix ou d'autres ingrédients. Le chocolat blanc se compose principalement de beurre de cacao et de sucre, d'où son taux de graisse plus élevé. On préco-

nise de déguster le chocolat en quantité modérée en raison de son taux important de graisse et de sucre. Nous avons un rapport spécial au chocolat car il fond à une température similaire à la température de notre corps; c'est pour cela qu'il fond si délicatement dans notre bouche. Le fort taux de sucre contenu dans le chocolat libère chez nous une hormone. Ainsi, sa consommation provoque chez nous une brève sensation de plaisir.

### Le vin Clairette de Die AC Jaillance Naturaplan

**Prix:** 13 fr. 90 / 75 cl  
**Origine:** France  
**Région:** vallée du Rhône  
**Cépage:** muscat  
**Apogée:** 2010-2012  
**Disponible:** dans les points de vente Coop ou via:

➤ **lien**  
[www.coop.ch/vin](http://www.coop.ch/vin)

