



Mousse au chocolat au tofu soyeux

Phase : d'Attaque, Active, Stabilisation

Par portion

Énergie

280kcal

Difficulté : ★★★★★

Coût : ★★★★★

Catégorie
Dessert

Prêt en
20 min

Cuisson
8 min

Ingrédients

Pour 6 portions

- 600 g de tofu soyeux
- 180 g de chocolat noir
- 50 g de pistaches grillées salées
- 1 c. à. s. de miel

Préparation

1. Préchauffer le four à 160 C°.
2. Sur du papier de cuisson, écraser grossièrement les pistaches et les mélanger avec le miel. Les faire dorer 8 minutes au four. Réserver jusqu'au moment de servir.
3. Faire fondre le chocolat. Ajouter le tofu soyeux et mixer jusqu'à obtention d'une texture homogène.
4. Répartir le mélange dans 6 verrines et faire prendre au frigo pendant minimum 2 heures.
5. Servir la mousse décorée avec les pistaches caramélisées.