

## Gâteau au chocolat sans gluten



Dessert **Facile**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 15 mn

**Cuisson** : 15 mn

*Parce que les personnes intolérantes au gluten peuvent aussi se régaler d'un bon gâteau au chocolat, voici une recette simple et savoureuse.*

### Ingrédients

- 125 g de chocolat noir 70 % de marque dardenne (chocolat bio sans gluten) ou équivalent
- 60 g de beurre (ou 60 g de banane ou 2 c.à.s d'huile d'olive, de tournesol ou de coco)
- 120 g de sucre
- 2 cs de farine de riz
- 3 œufs
- 1 pincée de sel

### Préparation

- 1 Commencer par fondre le chocolat au bain-marie, puis ajouter le beurre (ou la matière grasse végétale). Remuer jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
- 2 Séparer les blancs des jeunes d'œufs.
- 3 Aux blancs d'œufs, ajouter une pincée de sel, puis les monter jusqu'à ce qu'ils soient bien fermes.
- 4 Mélanger les jaunes d'œufs avec le sucre, puis la farine et finir par le chocolat.
- 5 De manière progressive, ajouter les blancs montés en neige à la préparation et remuer de bas en haut afin de ne pas casser les blancs.
- 6 Verser la préparation dans un moule qui aura été auparavant beurré et fariné afin d'assurer un démoulage facile.
- 7 Enfournez pour 15 minutes à 220°C.

Proposé par

**Mieux Vivre Auchan**

Mieux Vivre par Auchan

#### Le portail de la bonne alimentation

Manger est un plaisir et doit le rester. Vous trouverez sur [la boutique en ligne Mieux Vivre](#) des produits adaptés aux besoins de ceux qui souhaitent manger mieux et de ceux qui surveillent leur alimentation : produits bio, sans allergènes, sans sel ou sucre ajouté, végétariens...

Découvrez et partagez des recettes gourmandes sans gluten, sans oeuf, sans lait de vache, mais aussi végétariennes avec la communauté Mieux Vivre sur [recettes.mieux-vivre.auchan.fr](#)

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

