





# Mousse au chocolat à la menthe



# Mousse au chocolat à la menthe

## UNE MOUSSE À LA FOIS LÉGÈRE ET GOURMANDE.

L'originalité de cette mousse tient à la présence de fromage frais en faisselle qui permet de limiter le nombre d'œufs. Le sucre est principalement apporté par le sirop d'agave bio\*. Son parfum subtil à la menthe s'harmonise parfaitement avec la faisselle de chèvre. Moins d'œufs, moins de sucre, du chocolat noir...

€€   20 mn  
+ 1 nuit  
(refroidissement)  5 mn 

### Pour 4 personnes

- 4 œufs
- 6 c. à soupe de sirop d'agave à la menthe bio\* Maison Meneau
- 2 c. à soupe de sucre blond
- 2 c. à café d'arrow-root (fécule)
- 1 c. à café d'agar agar
- 100 ml d'eau
- 120 g de chocolat 70% cacao
- 240 g de fromage blanc en faisselle (chèvre de préférence)
- feuilles de menthe pour la déco

**Préférez les ingrédients issus  
de l'agriculture biologique**

Séparer les blancs des jaunes d'œufs.

Dans un bol, mélanger énergiquement au fouet les jaunes d'œufs avec le sirop d'agave à la menthe bio\*, le sucre, l'arrow-root et l'agar agar, jusqu'à obtenir un mélange mousseux.

Faire fondre le chocolat avec quelques cuillérées d'eau dans une casserole en tournant avec une cuillère en bois.

Ajouter le mélange d'œuf et un peu d'eau pour obtenir une texture nappant la cuillère. Laisser cuire doucement 30 secondes en mélangeant constamment.

Dans un bol, battre la faisselle pour la lisser. Y ajouter le contenu de la casserole et mélanger soigneusement.

Monter les blancs en neige avant de les incorporer délicatement.

Verser dans des coupes et placer au frais une nuit.

**Coût :** Bon marché €€ - Prix moyen €€€ - Cher €€€€

**Degré de difficulté :** Facile  - Délicat   - Difficile   

**Temps de préparation :**  **Temps de cuisson :** 

**Indice glycémique :** bas  - moyen   - élevé   

\*100% des ingrédients d'origine agricole  
sont issus de l'agriculture biologique

FABRICATION ARTISANALE



LE PLAISIR DU GOÛT

Maison Meneau  
18 avenue Pasteur - 33450 Saint Loubès  
contact@meneau.com  
Tél. 05.57.97.14.60 - Fax 05.57.97.14.65  
www.meneau.com

Pour votre santé, évitez de manger  
trop gras, trop sucré, trop salé

Contact Presse :  
Stéphanie Gentilhomme - Port. 33 (0)6 84 61 62 68  
stephaniegentilhomme@rendezvous-rp.com  
Emeline Réthoré - Tél. 33 (0)1 45 41 13 20  
emeline@rendezvous-rp.com