



GÂTEAU AU CHOCOLAT ET NOISETTES

 10 minutes 30 minutes 8 portions

INGRÉDIENTS

- 120 grammes de chocolat noir
- 20 grammes de poudre de noisettes
- 1 sachet moyen de levure chimique ou Poudre à lever (18 g)
- 60 grammes de farine de blé complet
- 2 sachets de sucre vanillé (20 g)
- 4 cuillères à café de beurre à 39-41% MG, léger, doux (28 g)
- 2 unités moyennes (M) d'oeuf, cru (116 g)

MODE DE PRÉPARATION

- 1° Préchauffez le four à 180 °C (th 6).
- 2° Faites fondre le chocolat au bain-marie. Ajoutez le beurre.
- 3° Dans un bol, mélangez les noisettes en poudre avec la levure et la farine.
- 4° Dans une terrine, fouettez les oeufs avec le sucre vanillé. Ajoutez le chocolat fondu et le mélange noisettes-levure-farine. Répartissez la pâte dans un moule antiadhésif de 24 cm de diamètre et mettez au four pendant 20 minutes.
- 5° © 180 recettes WeightWatchers® saines et gourmandes de l'apéritif au dessert

INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION (46 g)	% AR
ÉNERGIE	338 kcal	155 kcal	8 %
PROTÉINES	10 g	4 g	9 %
GLUCIDES	30 g	14 g	5 %
SUCRES	6 g	3 g	3 %
LIPIDES	23 g	11 g	15 %
ACIDES GRAS SATURÉS	3 g	1 g	7 %
FIBRES ALIMENTAIRES	1 g	1 g	2 %
SODIUM	728 mg	334 mg	14 %