

**CAKE AU CHOCOLAT NOIR** 15 minutes 50 minutes 10 portions**INGRÉDIENTS**

- 1 unité petite [S] d'oeuf, cru [53 g]
- 1 pot moyen de yaourt, lait fermenté ou spécialité laitière, nature, 0% MG [125 g]
- 90 grammes de sucre de coco
- 100 grammes de farine de blé complet
- 1 sachet moyen de levure chimique ou Poudre à lever [18 g]
- 3 cuillères à soupe moyennes d'huile d'olive vierge extra [30 g]
- 100 grammes de chocolat noir

MODE DE PRÉPARATION

- 1° Préchauffez le four à 180 °C [th6].
- 2° Dans un saladier, mélangez l'oeuf et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez le yaourt, la farine et la levure. Incorporez l'huile afin d'obtenir une pâte lisse.
- 3° Faites fondre le chocolat 2 minutes au four à micro-ondes [750 W] avec deux cuillères à soupe d'eau. Versez-le aussitôt dans la préparation précédente en mélangeant bien.
- 4° Versez la pâte dans un moule à cake muni d'une feuille de cuisson et enfournez 35 minutes [vérifiez que le cake reste fondant à l'intérieur].
- 5° © 180 recettes WeightWatchers® saines et gourmandes de l'apéritif au dessert

INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION [51 g]	% AR
ÉNERGIE	322 kcal	164 kcal	8 %
PROTÉINES	7 g	4 g	7 %
GLUCIDES	39 g	20 g	8 %
SUCRES	1 g	1 g	1 %
LIPIDES	15 g	8 g	11 %
ACIDES GRAS SATURÉS	1 g	1 g	3 %
FIBRES ALIMENTAIRES	1 g	0 g	2 %
SODIUM	517 mg	263 mg	11 %