



BOUCHÉES AUX FRAMBOISES

Un dessert à la fois croustillant, chocolaté et fruité.

 10 minutes 25 minutes 12 portions

INGRÉDIENTS

- 150 grammes de framboises
- 2 c. à café de lait
- 2 jaunes d'œufs
- 6 c. à café de sucre glace
- 50 grammes de chocolat à pâtisser
- 1 pâte feuilletée pur beurre

MODE DE PRÉPARATION

- 1° Préchauffez le four à 170°C [th. 5-6]
- 2° Etalez la pâte feuilletée. Découpez des pièces rondes d'environ 5 cm de diamètre. A l'aide d'un pinceau, badigeonnez ces fonds avec un jaune d'œuf mélangé au lait (sans déborder car la pâte ne lèverait pas). Faites cuire les bouchées 12 minutes sur la plaque du four recouverte d'une feuille de papier sulfurisé.
- 3° Faites fondre le chocolat avec 1 cuillère à soupe d'eau, dans le four à micro-ondes, pendant 30 secondes. Dans un bol, travaillez le second jaune d'œuf avec le sucre glace. Ajoutez le chocolat fondu.
- 4° Coupez les feuilletés en deux dans l'épaisseur. Déposez 1 cuillère à café de crème au chocolat sur la moitié non dorée de la bouchée puis 2 à 3 framboises. Recouvrez avec la moitié dorée de la bouchée. Réservez au frais jusqu'au moment de la dégustation.

INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION (42 g)	% AR
ÉNERGIE	282 kcal	118 kcal	6 %
PROTÉINES	5 g	2 g	4 %
GLUCIDES	29 g	12 g	5 %
SUCRES	9 g	4 g	4 %
LIPIDES	15 g	6 g	9 %
ACIDES GRAS SATURÉS	9 g	4 g	20 %
FIBRES ALIMENTAIRES	3 g	1 g	5 %
SODIUM	283 mg	119 mg	5 %