



## 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 %