



TARTE BELLE-HÉLÈNE

L'incontournable dessert en version tarte ! Délicieuse avec de la chantilly ou de la glace.

 15 minutes 35 minutes 8 portions

INGRÉDIENTS

- 20 de biscuits à la cuillère
- 1 grosse boîte de poires au sirop léger
- 2 c. à soupe d'eau de vie de poire
- 120 grammes de chocolat noir
- 50 grammes de beurre à 41%
- 40 grammes de crème chantilly
- 4 œufs

MODE DE PRÉPARATION

- 1° Dans un moule à tarte de 26 cm de diamètre, déposez une feuille de cuisson. Broyez une dizaine de biscuits au mixeur, ajoutez le beurre fondu et mixez pour obtenir une pâte homogène. Etalez cette pâte dans le fond du moule. Garnissez le tour avec la moitié des biscuits à la cuillère trempés très rapidement dans le sirop des poires mélangé à la moitié de l'eau-de-vie. Réservez au réfrigérateur.
- 2° Préparez la mousse au chocolat. Pour cela, faites ramollir le chocolat au four à micro-ondes avec 1 cuillère à soupe d'eau et 1 cuillère à soupe d'eau-de-vie. Incorporez les jaunes d'œufs au chocolat fondu et mélangez.
- 3° Mélangez les blancs d'œufs en neige ferme, incorporez les très délicatement à la préparation précédente. Laissez reposer 10 minutes environ. Au bout de ce temps, mettez la mousse dans le plat à tarte puis garnissez avec les demi-poires. Servez avec la crème Chantilly.

INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION [98 g]	% AR
ÉNERGIE	205 kcal	202 kcal	10 %
PROTÉINES	4 g	4 g	7 %
GLUCIDES	15 g	15 g	6 %
SUCRES	11 g	11 g	12 %
LIPIDES	14 g	14 g	20 %
ACIDES GRAS SATURÉS	8 g	8 g	38 %
FIBRES ALIMENTAIRES	4 g	4 g	14 %
SODIUM	23 mg	22 mg	1 %