

Flans chocolatés

Recette pour 6 ramequins Intelli-Vap :

- * 100 g de chocolat noir 70%
- * 1/4 Tasse de beurre
- * 4 tbsp sucre blanc
- * 4 tbsp yogourt nature
- * 4 tbsp farine
- * 2 œufs
- * Suprêmes d'orange

Vous pouvez changer le chocolat noir 70% par un mi-noir 55%, mais mettre ½ moins de sucre.

Vous pouvez changer les suprêmes d'orange par des fraises, bleuets ou d'autres petits fruits ou pour plus cochon, des petits carrés d'un autre type de chocolat. (ex : choco coconut)

- 1- Faire fondre le chocolat et le beurre au micro-onde (attention ça brûle très très vite!)
- 2- Mélanger tous les ingrédients avec ce chocolat fondu sauf les oranges.
- 3- Fouetter jusqu'à onctuosité
- 4- Remplir les ramequins du liquide au $\frac{3}{4}$
- 5- Insérer les suprêmes d'orange dans les ramequins
- 6- Disposer dans l'étuveuse de l'Intelli-Vap
- 7- Mettre 400 ml d'eau froide dans le récipient
- 8- 8 minutes à 70% (environ 800-900 Watts) (peut nécessiter un peu plus ou un peu moins de temps)

Déguster !!!