

# MINI CAKES FRAISE CHOCOLAT

Dimanche 22 Mai 2022

*Pour accompagner une crème dessert ou pour une pause gourmande :*

Mini cakes fraise chocolat : 15 mini cakes et 2 sp vert bleu violet – 2 psp par mini cake

*-150 g de farine : 15 sp vert bleu violet – 15 psp*

*-1 sachet de levure chimique*

*-3 oeufs moyens\* : 7 sp vert – 0 spl bleu – 0 spv violet – 0 psp*

*-100 g de compote de pomme sans sucre ajouté\* : 0 sp vert bleu violet – 0 psp*

*-150 g de fraises\* : 0 sp vert bleu violet – 0 psp*

*-15 palets de chocolat noir (15 g) : 4 sp vert bleu violet – 4 psp*

*-3 cuillerées à soupe de xylitol : 4 sp vert bleu violet – 4 psp*

*Passer les fraises sous un filet d'eau froide, les équeuter et les couper en petits dés.*

*Préchauffer le four 180° (th 6) chaleur traditionnelle.*

*Mélanger la farine et la levure.*

*Rajouter les oeufs et fouetter puis verser la compote, le xylitol et continuer de fouetter pour obtenir une pâte lisse.*

*Incorporer les dés de fraises en les mélangeant délicatement à la pâte.*

*Remplir 15 moules à mini cakes en silicone posés sur une plaque.*

*Enfoncer dans chaque mini cake 1 palet de chocolat.*

*Les enfourner 25 minutes.*

*Les sortir du four, les laisser refroidir et les démouler.*



*Le temps de cuisson dépend de votre four, la pointe d'un couteau enfoncée dans la pâte cuite doit ressortir sèche.*

*Prenez des fraises bien fermes pour éviter qu'elles ne s'écrasent quand vous les détaillez en petits dés.*

*Chaque palet de chocolat pèse 1 g.*

*S'il reste des mini cakes de la fournée, vous pouvez les congeler ou les garder au frais quelques jours.*

*Pour une pause gourmande : thé glacé sans sucre (0 sp vert*

bleu violet (1 sp vert - 0 psp) - 100 g de skyr 0% (1 sp vert - 0 spl bleu - 0 spv violet - 0 psp) - 2 mini cakes fraise chocolat (4 sp vert bleu violet - 4 psp). Total : 5 sp vert - 4 spl bleu - 4 spv violet - 4 psp

Pour chaque recette, recalculez bien vos perso points fonction de vos choix alimentaires.

Très bonne journée

**Lilou3158 : blog cuisine contrôlée by lilou light. fr**

**Tous droits réservés**