

Bowl cake au chocolat

INGREDIENTS :

- 1 blanc d'œuf
- 50 g de compote de pommes (2 càs bombées)
- 2 càs de lait ou de jus végétaux (soja/amandes...)
- 15 g de lait en poudre (3 càs, facultatif)
- 20 g de farine fermentante (1 càs bombée)
- 1 cà moka de levure chimique
- 15 g de flocons d'avoine (1càs bombée)
- 5 g de cacao en poudre (1càc bombée)
- 10 g de pépites de chocolat

- ✓ 1 bowl cake
- ✓ 5 min de préparation
- ✓ 1-2 min de cuisson



INSTRUCTIONS :

- 1) Prendre un bol qui peut aller au micro-ondes
 - 2) Ajouter au bol la compote de pommes + le blanc d'œuf + le lait
 - 4) Bien mélanger
 - 3) Ajouter les ingrédients secs, farine + avoine + cacao + levure
 - 4) Ajouter les petites pépites de chocolat et mélanger
 - 5) Cuire au micro-ondes puissance max +/- 1 minutes/ 1min30
- Vous pouvez décorer votre bowl cake avec différents toppings comme de la noix de coco râpée, amandes, noisettes, noix ou des fruits frais.