

Fondant au chocolat et haricots rouges

INGRÉDIENTS



3 œufs



200 gr de
chocolat



1 c. à soupe
d'huile de coco
(ou autre)



250gr d'haricots
rouges



30gr de sucre
roux



RECETTE

Dans le bol de votre blender, mettez les haricots rouges égouttés, le sucre et l'huile de coco. Mixez finement. Faites fondre le chocolat, et ajoutez-y la purée de haricots rouges. Ajoutez enfin les œufs battus en omelette et mélangez bien. Versez la préparation dans le moule beurré, et faites cuire 15 minutes à 180 degrés