Recette du fondant caramel et chocolat

Attention, c'est une recette de gourmand que l'on fait avec un adulte, le caramel ça peut brûler!!

Ingrédients :

- 250g de sucre
- ½ verre d'eau
- 125 de beurre demi-sel
- 3 œufs
- 10g de farine
- 125g de chocolat noir



Protocole (obligatoire):

AVANT LA RECETTE

- Lave-toi les mains.
- Prépare les ingrédients.
- Prépare les ustensiles : batteur, cuiller en bois, terrine, casserole, 8 ramequins.

PENDANT LA CUISSON

-Lave la vaisselle, et nettoie la cuisine.

Recette:

- Mets le four à chauffer à 145°C.
- Fouette les œufs et la farine au fouet pendant 5 minutes dans une terrine.
- D'autre part, mets le sucre dans une casserole avec un peu d'eau pour l'imbiber (un demi-verre).
- Chauffe le sucre pour faire un caramel couleur carambar. Attention, il ne faut pas le mélanger, et bien le surveiller, sinon ça brûle vite!
- Retire la casserole du feu, et ajoute tout de suite le beurre en morceaux.

Il faut mélanger vite, avec une cuiller en bois.



Attention, le caramel est très chaud, ça va crépiter au début. N'essaie pas de goûter à ce moment-là, c'est très chaud!

- Verse le caramel encore chaud sur le mélange des œufs et de la farine, et fouette au batteur.
- Fais fondre le chocolat au four à micro-ondes.
- Verse le chocolat fondu sur le mélange au caramel. Là tu peux goûter, juste un peu.
- Remplis à moitié des ramequins qui passent au four et fais cuire 20 minutes à 145°C.
- Laisser bien refroidir avant de dévorer !!!







Recette du cake au citron

Ingrédients :

- -120g de beurre
- -180g de sucre
- -3 œufs
- -150g de farine
- -10g de levure chimique
- -80g de jus de citron (un demi-verre à peu près)
- -le zeste d'un citron bio (facultatif)



Protocole (obligatoire):

AVANT LA RECETTE

- Lave-toi les mains.
- Prépare les ingrédients.
- Prépare les ustensiles : cuiller en bois, terrine, casserole, moule à cake.

PENDANT LA CUISSON

-Lave la vaisselle, et nettoie la cuisine.



- Mets le four à chauffer à 170°C.
- Prélève le zeste du citron et mélange-le au sucre. Le zeste est la partie jaune de la peau du citron. Si tu n'as pas de râpe, tu peux ne pas mettre de zeste, mais ton cake aura moins le goût de citron.



- Fais fondre le beurre.
- Dans une terrine, mélange le beurre fondu et le sucre (avec ou sans le zeste).
- Ajoute 3 œufs entiers, mélange bien.
- Ajoute ensuite la farine et la levure chimique, et mélange à nouveau.
- Enfin, verse sur le jus de citron sur le mélange. Une réaction chimique entre le jus de citron et la levure fait gonfler le mélange.
- Verse le tout dans un moule à cake beurré, et fais cuire 35 minutes à 170°C.
- Laisse refroidir avant de dévorer !!!

