



Fiche recette réalisée en cuisine

Catégorie : Dessert

MOELLEUX CHOCOLAT ET PEPITE

Ingrédients pour 100 portions en Kg :

| | |
|--|-------|
| BOMBE A GRAISSER 50CL PANCOSPRAY# | 0.080 |
| CACAO POWDRE 100% SAC 1KG CEMOI# | 0.380 |
| CHOCOLAT NOIR 44% PEPITE 10KG CHOCOVIC | 0.520 |
| CREME FRAICHE EPAISSE 15%MG SEAU 5L PRESIDENT# | 0.480 |
| FARINE BLE T65 TRADITION LABEL ROUGE SAC 25KG# | 1.260 |
| HM - LAIT 1/2 ECREME 1L LOCALE IDF A COMMANDER | 1.080 |
| HUILE COLZA BIDON 5L COPPELIA# | 0.560 |
| LEVURE CHIMIQUE BOITE 1.5KG MOENCH# | 0.042 |
| OEUF LIQUIDE ENTIER BIO BIDON 5KG PASTEURISE | 0.590 |
| OPERCULE ALU PREF PLAT GASTRO X100 ALUPLAST# | 5.000 |
| PLAT GASTRO ALU 1/2 2400G X100 ALUPLAST# | 5.000 |
| SUCRE SEMOULE SAC 20KG ST LOUIS# | 1.800 |



Progression de la recette:

.....
Déconditionner et peser l'ensemble des ingrédients
Blanchir les jaunes d'œuf avec le sucre
Ajouter le lait, la crème et l'huile de Colza
Incorporer le cacao et le mélange de farine et levure
Ajouter les pépites de Chocolat sans mixer et mettre en cuisson à 150°C pendant 45 minutes

Valeurs nutritionnelles (pour 100 gr):

| | |
|---------------------------------------|-----------------|
| Energie | 344 kcal |
| Energie | 1442 kj |
| Graisses totales | 14.4 g |
| Dont AG saturés | 3.8 g |
| AG polyinsaturés | - |
| AG monoinsaturés | - |
| AG trans | - |
| Glucides totaux | 46.1 g |
| Dont Glucides simples (sucres) | 32.1 g |
| Glucides complexes | - |
| Protéines | 5.6 g |
| Sel | 0.3 g |
| Calcium | 38.4 mg |
| Fer | 1.4 mg |