



Gâteaux et desserts au chocolat
Iles flottantes au chocolat



25 min **15 min** **10 min** **0** **391**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation de la sauce au chocolat

- 1 Faire fondre le chocolat dans un saladier au bain-marie ou au micro-ondes.
- 2 Porter le lait à ébullition dans une casserole puis le verser sur le chocolat fondu en mélangeant à l'aide d'une maryse.
- 3 Incorporer le beurre et lisser à l'aide d'une maryse puis réserver.

Étape 2

Préparation de l'île flottante

- 1 Monter les blancs d'œufs en neige à l'aide d'un batteur électrique dans un saladier en y ajoutant progressivement le sucre.
- 2 Porter l'eau à ébullition dans une casserole.
- 3 Prélever autant de quenelles de blancs d'œufs battus en neige que de convive à l'aide d'une cuillère à soupe puis les plonger délicatement dans l'eau bouillante pendant 2 minutes.
- 4 Les retourner à l'aide d'une écumoire à mi-cuisson.
- 5 Sortir les quenelles de blancs battus à l'aide d'une

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la sauce au chocolat

150 g **Chocolat noir**
200 g **Lait demi-écrémé**
30 g **Beurre**

Ingrédients pour l'île flottante

4 unité(s) entière(s)
Blanc(s) d'œuf
100 g **Sucre semoule**
50 cl **Eau**

Ingrédients pour le dressage

1 **Vermicelle(s) de
chocolat**

écumoire et les déposer sur une assiette recouverte de papier absorbant.

Étape 3

Dressage

- 1** Verser la sauce au chocolat chaude dans des ramequins.
- 2** Déposer une quenelle de blanc d'oeuf battu.
- 3** Décorer de vermicelles de chocolat puis servir immédiatement.