



## Mousses

# Mousse au chocolat au lait et au caramel



**2h30** **20 min** **10 min** **2h** **527**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Mousse au chocolat

150 g **Chocolat au lait**  
4 unité(s) entière(s)  
**Oeuf(s) entier(s)**  
50 g **Sucre semoule**  
1 **Sel**

### Caramel au beurre salé

70 g **Sucre semoule**  
50 ml **Crème liquide (fleurette)**  
50 g **Beurre**  
1 c. à soupe **Eau**

## Étape 1

Préparation de la sauce au caramel

- 1 Dans une casserole à fond épais, mettre le sucre et l'eau.
- 2 Faire chauffer jusqu'à obtention d'un caramel clair.
- 3 Surtout n'utiliser à aucun moment de cuillère en bois ou d'autre ustensile pour remuer le caramel, il se cristalliserait.
- 4 Retirer la casserole du feu et verser la crème et le beurre.
- 5 Attention aux risques de projections : le caramel peut "cracher" à cause du changement de température.
- 6 Réserver.

## Étape 2

Préparation de la mousse

- 1 Séparer les blancs des jaunes.
- 2 Mettre une pincée de sel dans les blancs et les monter en neige ferme. Lorsque que les blancs deviennent fermes, ajouter le sucre en pluie tout en continuant de battre jusqu'à ce qu'ils soient fermes.
- 3 Casser le chocolat en morceaux et le faire fondre

doucement dans une casserole.

- 4 Laisser refroidir un peu et y verser les jaunes d'oeuf, mélanger.
- 5 Il est impératif de laisser refroidir le chocolat, sinon il cuirait le jaune.
- 6 Verser une partie du caramel dans le chocolat. En conserver une partie pour garnir le fond des verrines.
- 7 Mélanger soigneusement puis incorporer les blancs très délicatement.

### **Étape 3**

#### Montage des verrines

- 1 Verser un peu de sauce au caramel au fond de chaque verrine.
- 2 Garnir chaque verrine de mousse au chocolat.
- 3 Recouvrir de film transparent et mettre au frais pendant au moins 4 heures.
- 4 Décorer avec des copeaux de chocolat au moment de servir.