

# Les secrets de la mousse au chocolat

Pour préparer une mousse, il faut d'abord disposer d'un fouet ou d'un mixer. Cette recette pas à pas permettra ensuite d'obtenir une mousse délicieusement aérienne.



**1** Mettre le chocolat dans une casserole avec le beurre et le lait. Faire fondre sur petit feu en remuant souvent avec une cuiller en bois.



**2** Battre dans un bol au mixer les jaunes d'oeufs avec le sucre et le sucre vanillé.



**3** Ajouter le chocolat en remuant au fouet. Laisser légèrement refroidir.



**4** Incorporer délicatement au fouet la crème fouettée en 2 portions.



**5** Monter au mixer dans un bol les blancs d'oeufs en neige avec le sel. Puis les incorporer au chocolat au fouet en soulevant la masse. Entreposer à couvert durant 4–5 h au réfrigérateur.



**6** Prélever des quenelles dans la mousse avec 2 cuillers à soupe et les dresser sur des assiettes à dessert.



**Silvia Amaudruz**

est enseignante d'économie domestique et cuisinière passionnée. Elle gère une exploitation agricole avec son mari au Mont-sur-Lausanne.

**En cas de question, de problème ou de suggestion dans le domaine culinaire, n'hésitez pas à contacter Silvia Amaudruz.**

Producteurs Suisses de Lait PSL  
Rédaction LE MENU  
Weststrasse 10, 3000 Berne 6  
conseilsrecettes@lemenu.ch

Autres recettes pas à pas à l'adresse

[www.lemenu.ch/lecoupdemain](http://www.lemenu.ch/lecoupdemain)

## Mousse au chocolat

Pour 4 personnes

Préparation: env. 40 min

Réserver au frais: env. 4 h

100 g	de chocolat noir, en brisures
30 g	de beurre
0,5 dl	de lait
2	jaunes d'œufs
1 cs	de sucre
½ sachet	de sucre vanillé
2 dl	de crème entière, battue en neige
2	blancs d'œufs
1 pincée	de sel

### NOTES

■ Pour obtenir une mousse au chocolat blanche, utiliser 125 g de chocolat blanc.

## Mousse au chocolat de Noël aux zestes d'orange

Pour 4 personnes

Préparation: env. 1 h

Réserver au frais: env. 4 h

### Lait aux épices:

0,5 dl	de lait
1	badiane
½	gousse de vanille, ouverte dans la longueur

### Mousse au chocolat:

Voir la recette de base

### Zestes d'orange:

4	oranges (non traitées)
1 dl	de jus d'orange
4 cs	de sucre
2 cc	de poivre rose
½	gousse de vanille, ouverte dans la longueur
2	clous de girofle
1	badiane

**1** Lait aux épices: verser tous les ingrédients dans une casserole, porter à ébullition, laisser cuire 2 min. Laisser refroidir, retirer la gousse de vanille et la badiane.

**2** Préparer la mousse au chocolat selon la recette de base en remplaçant le lait par le lait aux épices.

**3** Zestes d'orange: peler les oranges avec un couteau aiguisé, découper l'écorce en minces filets et réserver. Verser le reste des ingrédients dans une casserole, porter à ébullition, laisser cuire 2 min. Ajouter les zestes d'orange, réchauffer rapidement, puis laisser refroidir dans le sirop d'épices.

**4** Former des quenelles de mousse au moyen de 2 cuillères, disposer sur l'assiette. Décorer avec les zestes d'orange et le sirop d'épices.

