



## Les fondants au cœur coulant

Recette pour 4 personnes. Préparation : 10 min. Frais : 1 h. Cuisson : 9 min.

### Ingrédients

Chocolat noir à pâtisser : 70  
Beurre : 60 g  
Sucre en poudre : 75 g  
Oeufs : 2  
Farine : 30 g  
Beurre + farine *pour beurrer les ramequins*

### Matériel

4 ramequins de 6 cm  
un bol  
une jatte  
un fouet  
une balance ménagère



### Réalisation > la préparation

1. Beurrer l'intérieur des ramequins et les placer 5 minutes au réfrigérateur. Fariner l'intérieur à leur sortie du frais.
2. Pendant ce temps, faire fondre le chocolat en morceaux au bain-marie (ou 1 min à pleine puissance au four à micro-ondes). Ajouter le beurre coupé en petits dés, le mélanger pour obtenir une crème lisse.
3. Dans un saladier, fouetter les oeufs entiers avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse et mousse légèrement. Verser la crème au chocolat, et incorporer délicatement la farine.
4. Répartir la préparation dans les ramequins et les placer 1 heure au réfrigérateur.  
*- cette étape de réfrigération est vraiment importante et ne doit absolument pas être bâclée. C'est le contraste entre le froid emmagasiné au réfrigérateur et la chaleur du four qui va permettre aux moelleux de rester coulants en leur centre -*

### Cuisson

5. Préchauffer le four à 200°C. Placer les ramequins au four et laisser cuire 9 minutes.  
*- si la cuisson vous paraît insuffisante ou trop prononcée, augmentez ou réduisez la cuisson d'une minute la fois suivante, jusqu'à trouver la cuisson idéale selon votre four et votre préférence -*

### Présentation

6. Laisser tiédir avant de servir.  
*- il suffit de laisser tiédir entre un quart d'heure et une demi-heure afin que les gourmands ne se brûlent pas la langue en dégustant la partie coulante -*

## Variantes

*Il est original de fourrer ces coulants au chocolat de petites choses comme un carré de chocolat blanc (ou toute autre couleur), ou bien selon vos goûts : une cerise à l'eau-de-vie, un grain de fruit juteux, une pâte d'amande ou de pistache, une cuillerée de crème de Carambar (voir mon gâteau à la crème de Carambar),...*  
*Vous disposez ceci au fond du moule fariné et beurré et recouvrez ensuite de la pâte liquide du fondant.*

## Conservation

*Si vous savez d'avance que vous ne pourrez tous les savourer, gardez-les au réfrigérateur et cuisez-les uniquement quand vous en aurez besoin, dans les 24h.*

*Si vous les avez tous cuits et qu'il vous en reste, un réchauffage de 15 secondes à puissance moyenne aux micro-ondes leur rendra leur onctuosité et leur coeur coulant.*

**Pure gourmandise**

La gourmandise est un joli défaut.

[www.PureGourmandise.com](http://www.PureGourmandise.com)