

## Cake chocolat courgette



Temps de préparation :

15 minutes



Temps de cuisson :

35 minutes



Temps total :

50 minutes

### Pour cette recette, il te faut :

1 petite courgette (env. 200g)

200 g de chocolat noir

3 œufs

60 g de sucre de canne complet (=rapadura)

80 g de farine d'épeautre complète

1/2 sachet de poudre à lever

### Pour le glaçage :

30 g de chocolat noir

10 g de [ghee](#) ou beurre

1 poignée d'amande



### Pour réaliser la recette :

1. Préchauffer le four à 180°
2. Râper finement la courgette et réserver
3. Faire fondre le chocolat au bain marie ou au micro-ondes et réserver
4. Dans un grand bol, mélanger les œufs et le sucre à l'aide d'un fouet puis ajouter la farine et la poudre à lever et mélanger jusqu'à obtention d'une préparation homogène
5. Ajouter le chocolat fondu et mélanger puis ajouter la courgette râpée et mélanger à nouveau
6. Verser la préparation dans un moule à cake graissé ou tapissé de papier cuisson et cuire env. 35 minutes à 180°
7. Préparer le glaçage en faisant fondre 30 g de chocolat noir avec 10g de ghee ou beurre puis en napper le cake et parsemer d'amandes hachées au couteau

#### Coin des astuces

- Il est possible de réaliser cette recette en version [gâteau chocolat et courgette](#) sans utilisation de poudre à lever chimique (battre les oeufs en neige pour un gâteau naturellement plus aéré)
- L'association « chocolat – légume » permet de réaliser des recettes saines et gourmandes, par exemple :
  - [Gâteau chocolat et betterave](#)
  - [Brownies à la patate douce](#)
  - [Carrés gourmandes courge & chocolat](#)
  - [Brownies chocolat et betterave](#)