

## Pudding au chocolat

Mise en place et préparation: env. 20 min

Mise au frais: env. 4 h

Moules rincés à l'eau froide

---

5½ dl de lait

100 g de chocolat noir, concassé

30 g de maïzena

---

125 g de framboises

2 c. s. de sucre

1 c. s. de rhum

---

1. Mélanger au fouet lait, chocolat et maïzena, porter à ébullition sur feu moyen sans cesser de remuer, laisser bouillonner env. 2 minutes.

2. Remplir les moules rincés. Mettre les couvercles en place, laisser refroidir, réserver env. 4 h au frais.

3. Faire cuire doucement env. 5 min les framboises avec le sucre et le rhum. Démouler les puddings sur des assiettes, dresser les framboises à côté.

Portion: 299 kcal, lip 14 g, glu 36 g, pro 6 g

