



Inscrivez-vous à l'infolettre et profitez d'une foule de

Votre courriel

Je m'inscris!



privilèges!



Pots de pouding crémeux au café

Par Coup de Pouce

**COUP
POUCE**

À déguster avec... un bon café!

INGRÉDIENTS

Crème chantilly:

- 1 tasse de crème à fouetter 35%
- 3 cuillères à table de sucre glace
- 1/4 cuillère à thé de vanille

Pouding au café:

- 1 tasse de fromage mascarpone tempéré
- 1/4 tasse de sucre glace
- 1/4 tasse d'espresso ou café fort, refroidi
- 1 à 2 c. à table de crème irlandaise ou liqueur de café (facultatif)
- chocolat noir râpé (facultatif)

PRÉPARATION

Préparation de la crème chantilly

1. Dans un grand bol, à l'aide d'un batteur électrique, battre la crème, le sucre glace et la vanille jusqu'à ce que la préparation forme des pics fermes. Réserver au réfrigérateur.

Préparation du pouding au café

2. Dans un autre bol, à l'aide du batteur électrique (utiliser des fouets propres), mélanger le mascarpone, le sucre glace, le café et la liqueur de café, si désiré, jusqu'à ce que la préparation soit lisse. Incorporer 1/2 t (125 ml) de la crème chantilly réservée. Répartir le pouding au café dans 4 petits pots ou verres et réfrigérer 1 heure.

3. Au moment de servir, garnir les pots du reste de la crème chantilly et de chocolat râpé, si désiré.

| | |
|-------------|------------|
| Préparation | 30 minutes |
| Cuisson | 1 heure |
| Portion(s) | 4 portions |

VALEURS NUTRITIVES

Par portion

| | |
|----------------|--------|
| Calories | 750 |
| Total gras | 72 g |
| Gras saturés | 44 g |
| Cholestérol | 220 mg |
| Sodium | 505 mg |
| Potassium | 180 mg |
| Total glucides | 18 g |
| Fibres | 0 g |
| Sucres | 17 g |
| Protéines | 7 g |
| Fer | 0,4 mg |