

# Les recettes

des



## Récoltes du caillou

FEUILLES • LÉGUMES • FRUITS



# Gâteau au chocolat au luffa

## Ingrédients



1h

Pour 6 personnes

- 2 luffas (les jeunes fruits)
- 200 g de chocolat noir
- 60 g de miel
- 100 g de farine
- 1 sachet de levure
- 3 œufs

*Le luffa se cuisine comme une courgette, il remplace le beurre dans un gâteau.*

## Suggestions d'accompagnements

Pour encore plus de gourmandise, ajouter par-dessus un coulis de chocolat avec des noix, des fruits ou du coco râpé.  
Ou servir avec un coulis de fruits ou une crème anglaise.

➤ Feuilles ➤ Légumes ➤ Fruits  
des récoltes du caillou



# Gâteau au chocolat au luffa

## Étapes de préparation

Peler et râper les luffas finement.

1

Préchauffer le four à 180°C.

2

Faire fondre le chocolat au bain-marie puis y ajouter les luffas.

3

Pendant le temps de fonte du chocolat, mélanger les œufs et le miel. Incorporer le mélange chocolat/courgettes, puis la farine et la levure.

4

Faire cuire 30 minutes au four dans un moule avec du papier cuisson au fond.

5

*Bon Appétit !*

