



ESPONJOSO DE CHOCOLATE

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 200 g de chocolate 70% cacao
- 6 unidades de huevo
- 200 ml de nata
- 50 g de azúcar

LA PREPARACIÓN

- En un cazo a baño María derretir el chocolate y dejar que se atempere. Mientras tanto monta las claras de huevo con el azúcar en un recipiente y reservar.
- En otro recipiente montar la nata y reservar. Mezclar el chocolate con la nata montada y las claras a punto de nieve, introducir la mezcla en molde o en una manga pastelera y reservar en una nevera hasta que coja consistencia. Servir, si se quiere, con frutas.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 39.1 g	Grasas 39.4 g
Kcal 583	Proteínas 14.5 g