

## Petits gâteaux

# Bouchées de riz soufflé au chocolat



**40 min** **10 min** **0** **30 min** **114**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour **8** personnes

### Ingrédients pour les bouchées

30 g **Riz soufflé**  
60 ml **Huile de noix de coco**  
40 g **Cacao en poudre**  
3 c. à soupe **Miel liquide**  
1 pincée(s) **Sel**

### Étape 1

#### Préparation des bouchées

- 1 Faire chauffer l'huile de coco pendant 20 secondes au micro-ondes.
- 2 Mélanger le miel et l'huile de coco.
- 3 L'huile de coco est intéressante pour son goût et sa texture.
- 4 Ajouter le cacao en poudre au mélange huile de coco et miel. Mélanger.
- 5 Verser le riz soufflé dans un saladier. Ajouter la pâte de cacao. Mélanger délicatement.
- 6 Ajouter le sel à la préparation.
- 7 Disposer la pâte dans des moules individuels. Tasser avec le dos de la cuillère.
- 8 Placer les moules au congélateur pendant 30 minutes.

### Étape 2

#### Dressage

- 1 Sortir les bouchées du congélateur et les démouler.
- 2 Les réserver sur une assiette.