

# LMV



12:34 PM

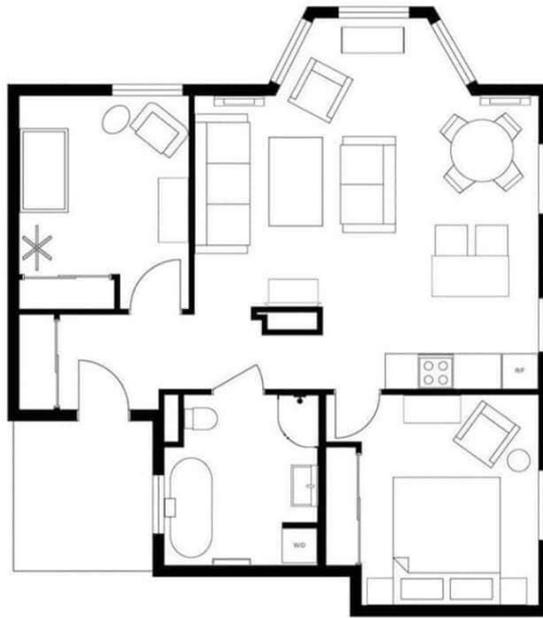


Alexia Stöger

Instagram



Je suis en train de regarder sur la carte où je vais aller ce week-end !!!



*Jour 6 : un peu d'humour pour supporter le confinement.*

*Coucou tout le monde, j'espère que vous allez bien. Ça fait bientôt une semaine que nous sommes confinés. C'est vrai que le confinement a cassé nos habitudes et nos routines, donc il est important de garder le moral et de trouver du sens à nos journées entre quatre murs.*

*Par ma part, cette semaine m'a permis de faire enfin les activités que je remettais au lendemain : repassage, ménage, rangement de mon armoire.*

*Une semaine qui m'a permis aussi de faire de nouvelles activités : courir, jardiner, profiter du soleil, photographie, prendre le temps de ne rien faire.*

*Une semaine qui m'a permis de prendre du temps pour moi : marcher, écouter les oiseaux, dessiner, regarder des films/séries, cuisiner, discussion vidéo famille/amis.*

*A vous de trouver vos occupations, soyez créatifs !!!*

# LMV

*Mais n'oubliez pas de profiter de vos familles, d'étudier, de faire de l'exercice et de prendre du temps pour vous.*

*# Garder le sourire # Prenez soin de vous*



Alexia Stöger

*Pour vous donner des idées de dessert facile à réaliser, je vais vous proposer une recette d'un fondant au chocolat.*



*# Le chocolat est bon pour le moral*

#### Ingrédients / pour 6 personnes

- 50 g de **beurre**
- 130 g de **chocolat noir**
- 1 cuillère à soupe de **farine**
- 3 **oeufs**
- 100 g de **sucre**
- 12 carrés de **chocolat noir**

#### Réalisation

- ▮ Difficulté **Facile**
- ✂ Préparation **10 mn**
- 🕒 Cuisson **10 mn**
- 🕒 Temps Total **20 mn**



## PRÉPARATION

---

- 1 Faites **fondre** le chocolat au bain-marie puis ajoutez le beurre.

---

  - 2 Mélangez le sucre, la farine et les oeufs dans un saladier. Ajoutez le chocolat fondu. Mélangez bien.

---

  - 3 Beurrez 6 petits moules et versez 1/3 de la préparation.

---

  - 4 Préchauffez le four à 175°C (thermostat 6).

---

  - 5 Déposez, dans chaque petit moule, 2 carrés de chocolat puis versez le reste de la préparation.

---
- 👉 Pour finir**  
Mettez au four environ 10 minutes. Le cœur doit être fondant. Servir tièdes.

[https://cuisine.journaldesfemmes.fr/recette/331579-mi-cuit-au-chocolat?fbclid=IwAR1TO-0Z-FKMh31a4w6rM8OFX2uGSc9\\_VBeJDa8N6h06DX5hHIFy4YTGjq0](https://cuisine.journaldesfemmes.fr/recette/331579-mi-cuit-au-chocolat?fbclid=IwAR1TO-0Z-FKMh31a4w6rM8OFX2uGSc9_VBeJDa8N6h06DX5hHIFy4YTGjq0)

