

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.



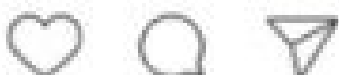
Le chocolat est bon pour le moral

Ingrédients / pour 6 personnes

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

