



Tarte avocat chocolat et framboise

Réalisation

- **Temps de préparation : 30 min**
- **Temps de repos : 4 h**
- **Difficulté : Facile**

Ingrédients

pour 4 personnes

Pour la pâte :

- 70 g de noix de cajou
- 60 g de sarrasin décortiqué
- 60 g de flocons d'avoine
- 2 c. à soupe de cacao en poudre
- 3 c. à soupe de sirop d'érable ou de fleur de coco
- 25 g d'huile de coco

Pour la garniture :

- 2 avocats
- 150 g de chocolat à pâtisserie
- 2 c. à soupe d'huile de coco
- 60 ml de lait d'amande ou de coco
- 250 g de framboises fraîches ou décongelées

Préparation de la recette

Préparation de la pâte

Préparer la pâte. Moudre les noix de cajou avec le sarrasin décortiqué, les flocons d'avoine, le cacao et 1 pincée de sel. Les placer dans un saladier.

Faire chauffer le sirop d'érable et l'huile de coco au bain-marie jusqu'à ce qu'ils soient fondus. Les verser dans le saladier et amalgamer le tout du bout des doigts. Foncer un moule à tarte en tassant la pâte dans le fond et sur les côtés avec les mains humidifiées. Placer le moule au réfrigérateur.

Préparation de la garniture

Préparer la garniture. Faire fondre le chocolat au bain-marie. Mélanger le chocolat chaud avec l'huile de coco.

Couper les avocats en deux. Ôter le noyau, racler la chair et l'ajouter au chocolat chaud. Ajouter le lait. Utiliser un mixeur plongeur pour mixer le tout jusqu'à obtention d'une consistance homogène.

Finitions et dressage

Verser la garniture sur le fond de tarte. Disposer les framboises par-dessus. Placer au réfrigérateur pour au moins 4 heures.