

## Ingredienti

- 150 g di cioccolato fondente a pezzi
- 150 g di burro + q.b.
- 120- 140 g di eritritolo, a piacere
- 3 uova (da 60 g circa)
- 40 g di farina di mandorle + q.b.
- 1 pizzico di sale

## Valori nutrizionali

Indice di Adeguatezza Mediterranea (MAI):0,113

### PER 100G

Calorie 457,90 (Kcal)

carboidrati 4,71 g  
grassi 47,19 g  
proteine 9,10 g

### PER PORZIONE

Calorie 396,85 (kcal)

carboidrati 4,08 g  
grassi 40,90 g  
proteine 7,89 g

# Tortino al cioccolato dal cuore morbido

Difficoltà facile  
Tempo di preparazione 5 min  
Tempo totale 2 h  
Porzioni 6  
Categoria dessert

DAI GUSTO ALLA TUA DIETA  
ricette Low carb e keto

[#monicacucinandoconbimby](https://www.instagram.com/monicacucinandoconbimby)

### Preparazione con Bimby

- Mettere nel boccale il cioccolato e tritare: 5 sec./vel. 7. Riunire sul fondo con la spatola.
- Aggiungere il burro e l'eritritolo, cuocere: 6 min./50°C/vel. 3.
- Unire le uova, la farina di mandorle e il sale, amalgamare: 30 sec./vel. 4. Imburrare e infarinare 6 stampini monoporzione. Suddividere il composto nei 6 stampini preparati riempiendoli per  $\frac{3}{4}$ . Riporre nel congelatore per almeno 90 minuti.
- Preriscaldare il forno in modalità statica a 220°C.
- Cuocere in forno caldo per 15 minuti (220°C). Togliere con attenzione dal forno. Capovolgere lo stampino sformando il dolce su un piatto singolo.
- Servire subito in modo che la parte interna rimanga liquida.

### Preparazione senza Bimby

- Tritare il cioccolato, aggiungere il burro e lo zucchero, far sciogliere a fuoco basso. Fare sfreddare.
- Unire le uova una alla volta e il sale, la farina di mandorle e con una frusta elettrica amalgamare il tutto.
- Imburrare e infarinare 6 stampini monoporzione.
- Suddividere il composto nei 6 stampini preparati riempiendoli per  $\frac{3}{4}$ .
- Riporre nel congelatore per almeno 90 minuti.
- Preriscaldare il forno in modalità statica a 220°C.
- Cuocere in forno caldo per 15 minuti (220°C). Togliere con attenzione dal forno. Capovolgere lo stampino sformando il dolce su un piatto singolo.
- Servire subito in modo che la parte interna rimanga liquida

  seguimi su: [#monicacucinandoconbimby](https://www.instagram.com/monicacucinandoconbimby) per trovare altre ricette

 scrivimi per info: [monica79.bimby@gmail.com](mailto:monica79.bimby@gmail.com)