

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Mousse al cioccolato vegana

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [5 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

NOTE: + 2 ORE DI RIPOSO IN FRIGO



La **mousse al cioccolato** è un [dolce](#) classico amato da molti, ma spesso contiene **ingredienti di origine animale** come **uova e panna**. Tuttavia, grazie alla **creatività culinaria** e alla crescente popolarità di uno **stile di vita più sostenibile e consapevole**, è possibile godere di una **mousse al cioccolato golosa e cremosa**, simile alla **ricetta tradizionale** e senza compromettere alcun **principio etico**. La **ricetta della Mousse al Cioccolato Vegana** che ti proponiamo oggi, è fatta con [acquafaba](#), **cioccolato fondente** e pochi altri ingredienti, **guarda il passo fotografico** per cucinare anche tu questa **buonissima mousse di cioccolato**

vegana, servila come **merenda** o dopo una cena con i tuoi cari.

Ecco altre ricette vegane che potrebbero piacerti:

[Pancakes alla banana](#)

[Meringhe vegane](#)

[Insalata di riso vegana](#)

[Maionese senza uova](#)

[Crepes vegane](#)

INGREDIENTI

ACQUAFABA Fredda di frigo - 100 gr

CIOCCOLATO FONDENTE 150 gr

ZUCCHERO A VELO 30 gr

GRANELLA DI PISTACCHI

PREPARAZIONE

- 1 Trita il cioccolato fondente usando un coltello a lama piatta, metti i pezzi così ottenuti in una terrina e scioglilo a bagnomaria o in forno a microonde a potenza media e mescolando di tanto in tanto per non bruciarlo. Lascia raffreddare il cioccolato a temperatura ambiente.





2 Per montare più facilmente l'acquafaba deve essere fredda, quindi è preferibile che sia stata mantenuta in frigo dal giorno prima. Metti l'acquafaba in una ciotola capiente e comincia a montarla con le fruste elettriche, man mano che procedi aggiungi il succo di limone filtrato. Continua a montare fino a che non avrai ottenuto un composto spumoso sostenuto, l'acquafaba così lavorata sembra albume d'uovo montato.





3 Solo quando l'acquafaba sarà montata a neve ferma inizia a unire gradualmente lo

zucchero a velo mentre continui a lavorare con le fruste elettriche. Aggiungi, infine, il cioccolato fuso mescolando con una frusta a mano delicatamente, dal basso verso l'alto, fino ad avere un composto dal colore omogeneo. Versa la mousse in due coppette, decora con granella di pistacchio e poni in frigo un paio di ore prima di gustarla.





CONSIGLIO

Puoi arricchire la mousse al cioccolato con la granella di frutta fresca che preferisci, ma anche con frutti rossi o fettine di pere croccanti. Puoi rendere la mousse al cioccolato ancora più golosa con un ciuffetto di panna vegetale montata a neve.

CONSERVAZIONE

Puoi conservare due o tre giorni la mousse di cioccolato in frigo ben coperta con della pellicola per alimenti.