OLIO CUORE

Sformatino di cioccolato all’Olio Cuore con lamponi e panna

Hai mai assaggiato il dolce di uno chef stellato? Con lo **sformatino di cioccolato all’Olio Cuore con lamponi e panna al rhum** dello chef **Marco Sadler** potrai farlo comodamente a casa tua. Questo **dolce al cucchiaio** dal cuore morbido e cremoso è pensato per coccolare il palato e infondere tanto benessere e buonumore. Il **cioccolato**, ingrediente principale, contribuisce ad aumentare la serotonina, l’ormone della felicità, mentre i **lamponi** contengono fibre, vitamina C e sali minerali. C’è poi **Olio Cuore**, naturalmente ricco di acido linoleico, un **prezioso alleato per mantenere normali i livelli di colesterolo**. Questa ricetta non è certo da gustare tutti i giorni, soprattutto se stai seguendo una dieta ipocalorica, ma di tanto in tanto un piccolo peccato di gola puoi anche concedertelo, magari durante una **cena romantica con la tua dolce metà**.

Ingredienti

Per lo sformatino

- 100 g cioccolato fondente
- 50 g panna
- 50 g Olio di Mais Cuore
- n.2 uova
- 60 g zucchero
- 40 g farina 00

Per il cuore di lampone

- 40 g purea di lampone
- 12 g zucchero

Per la panna al rhum

- 40 g panna
- 2 g zucchero
- 2 g rhum

- **Portata: Dolci**
- **Persone: 4**

https://www.youtube.com/embed/_F2Eknz4svM?rel=0

La ricetta è stata preparata con:

Olio di Mais

Sale Iposodico