



# Πάστα σοκολατίνα

**30'**Χρόνος  
Εκτέλεσης**6 ώρες'**Χρόνος  
Αναμονής**12'**Χρόνος  
Ψησίματος**10-12**

Μερίδες

**2**Βαθμός  
Δυσκολίας

## Μέθοδος Εκτέλεσης

Για το σιρόπι

- Σε μία **κατσαρόλα** βάζουμε το νερό, τη ζάχαρη και μεταφέρουμε στη φωτιά.
- Αφήνουμε μέχρι να πάρει μία βράση και να λιώσει η ζάχαρη.
- Προσθέτουμε το κονιάκ και αφήνουμε στην άκρη να κρυώσει.

Για το παντεσπάνι

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C στον αέρα.
- Στον κάδο του μίξερ βάζουμε τη ζάχαρη, τα αυγά και χτυπάμε με το σύρμα σε δυνατή ταχύτητα για 3-4 λεπτά μέχρι να αφρατέψει το μείγμα.
- Σε ένα μπολ βάζουμε το κακάο, το αλεύρι, το μπέικιν, αλάτι και ανακατεύουμε.
- Στον κάδο του μίξερ με τα υπόλοιπα υλικά προσθέτουμε το σπορέλαιο, τα στερεά υλικά και ανακατεύουμε απαλά με μία κουτάλα μέχρι να ομογενοποιηθούν τα υλικά.
- Μεταφέρω το μείγμα σε ένα **ταψί 32x25 εκ.** που έχουμε αλείψει με ηλιέλαιο και κακάο.
- Απλώνουμε καλά με ένα κουτάλι για να καλυφθεί όλη η επιφάνεια του ταψιού και ψήνουμε για 10-12 λεπτά.
- Αφαιρούμε και περιχύνουμε αμέσως το κρύο σιρόπι. Αφήνουμε στην άκρη για 20-30 λεπτά μέχρι να απορροφηθεί όλο το σιρόπι και κρυώσει το παντεσπάνι.

Για τη μους

- Βάζουμε σε ένα μπολ την κουβερτούρα κομμένη σε κομμάτια. Μεταφέρουμε πάνω σε κατσαρόλα με νερό που σιγοβράζει δημιουργώντας **μπεν μαρί** και αφήνουμε μέχρι να λιώσει η κουβερτούρα.
- Στον κάδο του μίξερ βάζουμε την κρέμα γάλακτος και χτυπάμε μέχρι να γίνει σαντιγί. Δεν θέλουμε η σαντιγί να σφίξει πολύ.
- Βάζουμε στον κάδο με τη σαντιγί τη βανίλια και προσθέτουμε τη λιωμένη κουβερτούρα σε δύο δόσεις. Η κουβερτούρα θέλουμε να είναι ζεστή όχι καυτή.
- Ανακατεύουμε με μία κουτάλα μέχρι να ομογενοποιηθούν τα υλικά.
- Απλώνουμε τη μους πάνω στο παντεσπάνι και βάζουμε στο ψυγείο για 2-3 ώρες μέχρι να σφίξει η μους.

Για τη γκανάς

- Βάζουμε την κρέμα γάλακτος σε ένα **κατσαρολάκι**.
- Μεταφέρουμε σε μέτρια φωτιά και αφήνουμε να πάρει μία βράση.
- Βάζουμε μέσα στην κρέμα γάλακτος την κουβερτούρα σπασμένη σε κομμάτια, αφήνουμε για 10-15 δευτερόλεπτα και στη συνέχεια ανακατεύουμε με ένα κουτάλι μέχρι να ομογενοποιηθούν τα υλικά.
- Απλώνουμε τη γκανάς πάνω από τη μους και αφήνουμε για 3 ώρες να σταθεροποιηθεί.
- Σερβίρουμε με λευκή κουβερτούρα λιωμένη.

## Συστατικά

Για το σιρόπι

- 400 γρ. νερό
- 400 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 3 κ.σ. κονιάκ

Για το παντεσπάνι

- 50 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 3 αβγά
- 40 γρ. κακάο
- 100 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 1 κ.σ. μπέικιν πάουντερ
- 1 πρέζα αλάτι
- 30 γρ. σπορέλαιο

Για τη μους

- 200 γρ. κουβερτούρα 65%
- 330 γρ. κρέμα γάλακτος 35%, παγωμένη
- 1 κ.γ. [εγχύλισμα βανίλιας](#)

Για τη γκανάς

- 250 γρ. κρέμα γάλακτος 35%
- 250 γρ. κουβερτούρα 65%

Για το σερβίρισμα

- 100 γρ. κουβερτούρα λευκή, λιωμένη

## Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

622 Θερμίδες (kcal)	37.0 Λιπαρά (γρ.)	22.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	62.0 Υδατ/κες (γρ.)
31%	53%	110%	24%
49.0 Σάκχαρα (γρ.)	7.8 Πρωτεΐνη (γρ.)	3.0 Φυτικές Ινες (γρ.)	0.34 Αλάτι (γρ.)
54%	16%	12%	6%