



Σοκολατόπιτα σε 10 λεπτά

5'
Χρόνος
Εκτέλεσης

8'
Χρόνος
Ψησίματος

10-12
Μερίδες

1
Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

Για το σιρόπι

- Βάζουμε σε μια κατσαρόλα τη ζάχαρη, το νερό και μεταφέρουμε σε δυνατή φωτιά. Αφήνουμε μέχρι να πάρει μια βράση και λιώσει η ζάχαρη.
- Αφαιρούμε από τη φωτιά, βάζουμε το ρούμι και αφήνουμε στην άκρη να κρυώσει.

Για τη σοκολατόπιτα

- Σε ένα μπολ βάζουμε το αλεύρι, το κακάο, τη ζάχαρη, το μπέικιν πάουντερ, αλάτι και ανακατεύουμε.
- Σε άλλο μπολ βάζουμε το βούτυρο, το γάλα, τη βανίλια, τα αβγά και ανακατεύουμε καλά με ένα σύρμα χειρός.
- Βάζουμε τα υγρά υλικά στο μπολ με τα στερεά και ανακατεύουμε καλά μέχρι να έχουμε ένα σφιχτό μείγμα.
- Βουτυρώνουμε και πασπαλίζουμε με κακάο ένα πυρίμαχο σκεύος 25 εκ. και μεταφέρουμε όλο το μείγμα. Βρέχουμε τα χέρια μας και απλώνουμε καλά σε όλη την επιφάνεια του σκεύους.
- Μεταφέρουμε στον φούρνο μικροκυμάτων στα 800 Watt για 6-8 λεπτά. Αφαιρούμε και περιχύνουμε με το κρύο σιρόπι.

Για τη σύνθεση

- Ψιλοκόβουμε την κουβερτούρα ή τη λιώνουμε και απλώνουμε πάνω από τη σοκολατόπιτα. Με αυτόν τον τρόπο καταναλώνεται ζεστή.
- Αν θέλουμε να την καταναλώσουμε κρύα τότε φτιάχνουμε μια γκανάς με 200 γρ. κρέμα γάλακτος και 200 γρ. κουβερτούρα, περιχύνουμε τη σοκολατόπιτα και αφήνουμε να κρυώσει και να σταθεροποιηθεί.

Tip

Μπορείτε να ψήσετε τη σοκολατόπιτα και στον φούρνο στους 170-180 βαθμούς στον αέρα για 30 λεπτά, ανάλογα με το πόσο δυνατός είναι ο φούρνος σας.

Συστατικά

Για το σιρόπι

- 300 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 300 γρ. νερό
- 2 κ.σ. ρούμι

Για τη σοκολατόπιτα

- 180 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 80 γρ. κακάο
- 225 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 1 κ.σ. μπέικιν πάουντερ
- 1 πρέζα αλάτι
- 100 γρ. βούτυρο, λιωμένο
- 50 γρ. γάλα
- 1 κ.γ. [εγχύλισμα βανίλιας](#)
- 3 αβγά, μεσαία

Για τη σύνθεση

- 200 γρ. κουβερτούρα 65%

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

449 Θερμίδες (kcal)	18.0 Λιπαρά (γρ.)	10.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	64.0 Υδατ/κες (γρ.)
22%	26%	50%	25%
48.0 Σάκχαρα (γρ.)	6.5 Πρωτεΐνη (γρ.)	3.8 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.33 Αλάτι (γρ.)
53%	13%	15%	6%