הכמויות מיועדות להכנת 5 מנות.

רכיבים:

150 גרם שוקולד בלגי איכותי ומריר, שבור לקוביות

150 גרם חמאה רכה, חתוכה לקוביות

2 ביצים

2 חלמונים

4½ כפות (60 גרם) סוכר

2½ כפות (16 גרם) קמח מנופה

כלים:

5 תבניות אישיות לסופלה, חסינות אש בקוטר 9 ס"מ, משומנות

אופן ההכנה:

1. מחממים את התנור לחום בינוני (180 מעלות צלזיוס).

2. ממיסים את השוקולד עם החמאה בקערת מתכת בינונית מעל לסיר עם אדים.

3. בקערה בינונית אחרת שמים את הביצים, החלמונים והסוכר, ומקציפים במטרף ידני לקבלת תערובת אחידה.

4. יוצקים את תערובת הביצים לאט ובהדרגה לתערובת השוקולד המומס, תוך הקצפה רצופה עד שהתערובת אחידה.

5. מנפים את הקמח מעל התערובת ומקפלים פנימה בעדינות. יוצקים לתבניות עד ל-¾ גובהן. מניחים את התבניות על תבנית אפייה שטוחה.

6. אופים כ-10 דקות עד שנוצרת קליפה מעל פני העוגה והמרכז עדיין רך מאוד כשלוחצים עליו קלות (הדיוק בזמן האפייה חשוב, לכן אופים קודם תבנית אחת לניסיון כדי לבדוק את זמן האפייה המדויק).

7. מצננים בתבנית על רשת 2-3 דקות, מעבירים סכין קטנה מסביב לשוליים, הופכים מעל לצלחת הגשה ומגישים מייד בליווי קצפת או גלידת וניל. הערה: אפשר להכין מראש ולשמור במקרר, ולאחר מכן להביא לטמפרטורת החדר ולאפות ממש לפני ההגשה.