Isabelle Jamin - Cabinet Naturabelle
64, rue Jean Bernard
55000 BAR-LE-DUC
isabelle.jamin@jamest.fr
06 64 87 29 90
https://isabellejamin.fr

AUTRE

Caviar d'aubergine

Durée total réalisation : 25 mn

- Temps préparation : 5 mn
- Temps repos : mn
- Temps cuisson : 20 mn

Ingrédients (pour 1 à 2) :

- 2 aubergines moyennes
- 2 gousses d'ail
- jus d'1/2 citron
- 2 cs huile olive
- 1 pincée de cumin
- 1 pincée de sel

Préparation de la recette :

Étape 1
Préchauffer le four à 160°C

Étape 2
Laver et couper les aubergines en deux dans le sens de la longueur

Étape 3
Les placer sur une plaque du four et les recouvrir de papier sulfurisé

Étape 4
Cuire 20 mn, jusqu'à ce que la chair soit fondante

Étape 5
Récupérer la chair des aubergine avec une cuillère et l'écraser.

Étape 6
Ajouter l'ail pressé, le jus de citron, l'huile, le sel et le cumin.

Étape 7
Laisser refroidir