



Entrées chaudes aux légumes

Roulés d'aubergines à la mozzarella



1h10 **25 min** **15 min** **30 min** **450**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation des aubergines

- 1 Laver les aubergines et les couper en tranches fines.
- 2 Faire dégorger les aubergines dans un saladier pendant 30 minutes.
- 3 Egoutter ensuite les tranches d'aubergine dans une passoire.
- 4 Les essorer délicatement avec les mains et les réserver.
- 5 Faire chauffer l'huile dans une poêle et déposer les tranches d'aubergines petit à petit pour les faire frire.
- 6 Une fois cuites, égoutter les tranches d'aubergines sur du papier absorbant, pour leur faire perdre l'excès d'huile.

Étape 2

Préparation de la sauce

- 1 Éplucher l'ail, le mettre dans une casserole avec l'huile d'olive et le faire revenir à feu vif pendant 1 minute.
- 2 Ajouter les tomates concassées, le sel et les feuilles de basilic.
- 3 Baisser le feu et faire cuire la sauce 10 minutes.
Une fois cuite, retirer la sauce du feu et la réserver.

Ingrédients
pour 4 personnes

Aubergines

2 **Aubergine**
2 c. à soupe **Sel**
5 cl **Huile d'olive**

Roulés

8 tranche(s) **Jambon cru**
200 g **Mozzarella**

Sauce

200 g **Tomate(s) concassée(s)**
1 **Gousse(s) d'ail**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
2 feuille(s) **Basilic**

Étape 3

Préparation des roulés

- 1 Etaler les tranches d'aubergine sur un plat.
- 2 Couper les tranches de jambon de la taille des tranches d'aubergine et les disposer dessus.
- 3 Pour chaque tranche d'aubergine, découper un morceau de mozzarella d'environ 1 cm d'épaisseur et long comme la largeur des tranches d'aubergine.
- 4 Poser les morceaux de mozzarella sur le jambon, à l'une des extrémités des tranches d'aubergine.
- 5 Rouler chaque tranche d'aubergine bien serrée autour du morceau de mozzarella, pour former les roulés.
- 6 Transférer les roulés d'aubergine dans une poêle avec un filet d'huile et les faire cuire quelques minutes.
- 7 Retirer les roulés du feu quand la mozzarella commence à fondre.

Étape 4

Dressage

- 1 Transférer les roulés sur un plat et assaisonner avec la sauce.
- 2 Déguster tièdes ou froids.