



Entrées froides aux légumes

Aubergines "brûlées", ail, graines de grenade



2h45 **15 min** **1h** **1h30** **310**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les aubergines

1.5 kg **Aubergine**
2 **Gousse(s) d'ail**
80 g **Grenade(s)**
1 c. à soupe **Zeste(s) de citron**
2 c. à soupe **Jus de citron**
5 c. à soupe **Huile d'olive**
2 c. à soupe **Menthe fraîche**
2 c. à soupe **Persil plat**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation des aubergines brûlées

- 1 Couper les aubergines en deux dans le sens de la longueur à l'aide d'un couteau de chef.
- 2 Chemiser un plat allant au four avec une grande feuille de papier aluminium.
- 3 Disposer les moitiés d'aubergines avec la peau en haut.
- 4 Enfourner sous le grill du four pendant 1 h en retournant les aubergines toutes les 20 min environ.
- 5 Laisser tiédir les aubergines.
- 6 Creuser la chair des aubergines à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 7 Détailler la chair en bandes à l'aide d'un couteau d'office et les disposer dans une passoire.
- 8 Laisser la chair s'égoutter pendant au moins 1 h pour éliminer un maximum d'eau.
- 9 Disposer la chair d'aubergine dans un saladier.
- 10 Éplucher et émincer finement les gousses d'ail à l'aide d'un couteau d'office et les ajouter dans le saladier.
- 11 Ajouter le zeste de citron, le jus de citron et l'huile

d'olive. Saler et poivrer. Mélanger à l'aide d'une cuillère à soupe.

- 12 Pour développer encore plus les arômes, laisser la chair d'aubergine mariner pendant 1 h à température ambiante.

Étape 2

Dressage

- 1 Ciseler la menthe et le persil à l'aide d'un couteau de chef.
- 2 Détacher les graines de grenade à la main.
- 3 Parsemer les herbes et les graines de grenade.
- 4 Servir de suite.