



Caviar d'aubergine



4 pers



10 mn



50 mn



1 h

Les ingrédients

- 2 aubergines
- 1 à 2 courgettes
- 1 gousse d'ail
- 4 branches de persil plat
- 2 c. à s. de fromage blanc 0 %
- 1 jus de citron jaune
- 1 pincée de cumin en poudre
- 1 pincée de piment d'Espelette
- Sel, poivre

La recette

Etape 1 :

Préchauffez votre four à 180 ° C (th. 6).

Etape 2 :

Lavez les aubergines, placez-les entières sur une plaque de cuisson et enfournez-les pendant 50 minutes.

Etape 3 :

Pendant ce temps, lavez et effeuillez le persil.

Etape 4 :

Une fois les aubergines cuites, laissez-les refroidir avant de les couper en deux, dans la longueur, et de les vider à l'aide d'une cuiller.

Etape 5 :

Mixez la chair des aubergines avec le fromage blanc, l'ail, le persil, le jus de citron, pendant 1 minute au moins. Vous devez obtenir un appareil lisse et homogène.

Etape 6 :

Ajoutez le sel, le poivre et le piment, puis dégustez !

