

Aubergines rôties et yaourt fumé

Aubergines rôties fondantes accompagnées d'un yaourt fumé et sublimées à l'épice moussaka : une recette gourmande et parfumée

P
PERSONNES
4

T
PRÉPARATION
0 min

C
CUISSON
0 min

D
DIFFICULTÉ
Facile

Ingrédients

- (4 personnes)
- 2 grosses aubergines
- 1 cuillère à café d'épice moussaka
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 200 g de yaourt (grec de préférence)
- 1 cuillère à café de paprika fumé (pour le yaourt)
- 1 gousse d'ail
- Sel
- Poivre
- Optionnel :
 - graines de grenade
 - herbes fraîches (persil, menthe)
 - citron
- Préparation
 - Préparer les aubergines
 - Préchauffe le four à 200°C.
 - Coupe les aubergines en deux dans la longueur.

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Assemblage pour Moussaka



Scanner pour voir le produit

- Incise la chair en croisillons.
- Assaisonner
- Badigeonne les aubergines avec l'huile d'olive.
- Saupoudre l'épice moussaka.
- Sale et poivre.
- Cuisson
- Enfourne pendant 30 à 40 minutes.
- Les aubergines doivent être bien dorées et fondantes.
- Préparer le yaourt fumé
- Dans un bol, mélange :
- yaourt
- ail râpé
- paprika fumé
- Ajoute une pincée de sel.
- Dressage des aubergines rôties
- Dispose les aubergines dans une assiette.
- Ajoute une cuillère de yaourt fumé par-dessus.
- Termine avec des herbes fraîches et un filet d'huile d'olive.
- Ce que l'épice moussaka apporte à la recette
- L'épice moussaka est parfaitement adaptée aux aubergines.
- Une profondeur aromatique
- Elle enrichit la chair de l'aubergine.
- Des notes méditerranéennes
- Elle apporte une signature typique et chaleureuse.
- Une intensité douce
- Elle relève sans masquer.
- Une vraie identité
- Elle transforme un plat simple en recette gourmande.
- Conseils de dégustation
- Ces aubergines rôties se dégustent :

- en plat principal végétarien
- en accompagnement
- avec du pain pita ou du riz
- Astuces & variantes
- ajoute du fromage feta
- remplace le yaourt par du labneh
- ajoute des noix pour le croquant
- ajoute un filet de miel pour un contraste sucré

Préparation

Préparer les aubergines

Préchauffe le four à 200°C.

Coupe les aubergines en deux dans la longueur.

Incise la chair en croisillons.

Assaisonner

Badigeonne les aubergines avec l'huile d'olive.

Saupoudre l'épice moussaka.

Sale et poivre.

Cuisson

Enfourne pendant 30 à 40 minutes.

Les aubergines doivent être bien dorées et fondantes.

Préparer le yaourt fumé

Dans un bol, mélange :

yaourt

ail râpé

paprika fumé

Ajoute une pincée de sel.

Dressage des aubergines rôties

Dispose les aubergines dans une assiette.

Ajoute une cuillère de yaourt fumé par-dessus.

Termine avec des herbes fraîches et un filet d'huile d'olive.

Ce que l'épice moussaka apporte à la recette

L'épice moussaka est parfaitement adaptée aux aubergines.

Une profondeur aromatique

Elle enrichit la chair de l'aubergine.

Des notes méditerranéennes

Elle apporte une signature typique et chaleureuse.

Une intensité douce

Elle relève sans masquer.

Une vraie identité

Elle transforme un plat simple en recette gourmande.

Conseils de dégustation

Ces aubergines rôties se dégustent :

en plat principal végétarien

en accompagnement

avec du pain pita ou du riz

Astuces & variantes

ajoute du fromage feta

remplace le yaourt par du labneh

ajoute des noix pour le croquant

ajoute un filet de miel pour un contraste sucré

Les Épices Curieuses

les-epices-curieuses.com



La recette en ligne



Le produit