

Recette aubergine



INGRÉDIENTS (les ingrédients en vert sont disponibles à la ferme)

Aubergines

2 grosses aubergines

60 ml (1/4 tasse) d'huile d'olive

Sel et poivre

Viande

675 g (11/2 lb) de porc ou bœuf haché

1 oignon, haché finement

2 gousses d'ail, hachées finement

1 petite tomate, coupée en dés

0,5 ml (1/8 c. à thé) de cannelle moulue

0,5 ml (1/8 c. à thé) de muscade moulue

15 ml (1 c. à soupe) de vinaigre de vin blanc

Chapelure

125 ml (1/2 tasse) de chapelure

45 ml (3 c. à soupe) de beurre

60 ml (1/4 tasse) de fromage parmesan râpé

Garniture

125 ml (1/2 tasse) de yogourt nature

5 ml (1 c. à thé) de jus de citron ou de lime

15 ml (1 c. à soupe) de fines herbes ciselées

PRÉPARATION

Aubergines :

Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 190 °C (375 °F). Tapisser une plaque de cuisson de papier parchemin.

Sur un plan de travail, couper les aubergines en deux dans le sens de la longueur. À l'aide d'un petit couteau, quadriller la chair des aubergines sans percer la pelure. Saler et poivrer.

Dans une grande poêle antiadhésive, à feu moyen-élevé, dorer les aubergines dans l'huile, côté coupé seulement. Déposer sur la plaque, côté coupé vers le haut. Cuire au four 30 minutes ou jusqu'à ce que la chair soit très tendre. Réserver

Viande

Entre-temps, dans la même poêle, à feu élevé, dorer la viande (en l'émiettant), l'oignon et l'ail jusqu'à ce que la viande soit bien cuite. Ajouter la tomate et les épices. Saler et poivrer. Cuire 2 minutes en remuant. Déglacer avec le vinaigre. Rectifier l'assaisonnement et réserver au chaud.

Chapelure

Dans une autre poêle antiadhésive, à feu moyen, dorer la chapelure dans le beurre. Retirer du feu et ajouter le parmesan. Bien mélanger et laisser refroidir.

Garniture

Dans un bol, mélanger le yogourt et le jus de citron. Saler et poivrer.

Déposer une demi-aubergine dans chaque assiette. Répartir le mélange de viande sur les aubergines.

Verser un filet de yogourt. Garnir de chapelure et de fines herbes à votre goût.

Bon appétit! Recette inspirée de Ricardo.