

recette salée

AUBERGINES FARCIES AU POIVRON ET AUX GRAINES DE GRENADE

🕒 15 minutes

🕒 35 minutes

🍴 2 personnes

Ingredients

2 aubergines de taille moyenne
1 poivron rouge
1/4 de botte de persil frais
Le jus d'1/2 citron
1 pincée d'ail en poudre
1/4 à 1/2 grenade (ou 2 poignées de pignon de pin grillés)
2 cs. d'huile d'olive (+ 1 à 2 cs. pour les aubergines)
Sel et poivre, au goût

Préparation

Préchauffer le four à 190 degrés.

Laver les aubergines et ôter les queues. Les couper en 2 dans le sens de la longueur. Les déposer sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et réaliser des entailles dans la chair. Enduire d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau.

Nettoyer le poivron, retirer la queue, le couper en 2, ôter les pépins et la partie blanche intérieure. Le déposer sur la plaque de cuisson avec les aubergines et enfourner le tout pour 35 minutes.

Une fois le temps écoulé, sortir la plaque du four et laisser refroidir quelques minutes.

A l'aide d'une cuillère à soupe, vider l'aubergine de sa chair et la placer – grossièrement hachée – dans un saladier. Réserver les aubergines évidées.

Ôter la peau du poivron et le couper en fines lamelles.

Dans le saladier, réunir avec la chair d'aubergine les tranches de poivron, le jus de citron, le persil haché, l'ail en poudre et l'huile d'olive. Bien mélanger avant d'ajouter les graines de grenade. Saler, poivrer.

Idéalement, laisser reposer le saladier au frais durant une nuit avant de farcir les aubergines évidées la veille.

