Elvea, L'Italie chez vous

Pavés d'aubergine croustillants à la sauce épicée

Ingrédients pour 2 Personnes

2	aubergines
150 g de	mie de pain
2	œufs
150 g de	polenta
1,50 cuillères à café de	sel
1 cuillère à café de	origan
1 cuillère à soupe de	d'huile de tournesol
2	échalote, finement hachée
2 gousses d'	ail
15 g de	gingembre frais
0,50	piments rouges
0,50	citronnelle
1 cuillère à café de	cardamone
2 cuillères à café de	de cassonade
340 g de	ELVEA Passata Nature
100 g de	de jeunes épinards
100 g de	mâche
1 cuillère à soupe de	pignons de pin
1 cuillère à soupe de	jus de citron
2 cuillères à café de	zeste de citron
	poivre noir

Préparation

Ce que vous devez faire

1. Préchauffer le four à 200 °C. Couper l'aubergine en tranches de 2 cm et faire tremper les aubergines pendant 5 minutes ou jusqu'à ce qu'elles ramollissent un peu dans un bol avec de l'eau et 1 cuillère à café de sel. Pendant ce temps, versez un apéritif ou aidez votre chéri à couper les légumes et les herbes.
2. Éponger les aubergines avec du papier absorbant et tapisser une plaque de cuisson avec du papier sulfurisé.

3. Préparez 3 assiettes creuses. L'une avec la polenta, l'autre avec les œufs battus et la troisième avec la chapelure, assaisonnée ou non de poivre noir et d'origan. Passez les tranches d'aubergine une à une dans la polenta, l'œuf et la chapelure et placez-les côte à côte sur la plaque de cuisson.
4. Faites cuire les aubergines pendant 20 minutes dans le four préchauffé jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes et dorées.
5. Continuez à déguster votre apéritif et rangez déjà la cuisine. Ainsi, vous pourrez plus tard vous concentrer pleinement sur votre amour, sans que la vaisselle n'attende.

Ce que votre partenaire va faire

1. Hachez finement les échalotes, l'ail, la citronnelle, le poivron rouge et le gingembre.
2. Faites chauffer l'huile et faites frire les échalotes, l'ail et le gingembre pendant 3 minutes jusqu'à ce qu'ils soient glacés. Veillez à ce qu'ils ne brûlent pas. Ajoutez la citronnelle et le poivron rouge et faites-les revenir pendant 3 minutes supplémentaires.
3. Versez la passata sur ce mélange, remuez bien et saupoudrez de cardamome en poudre. Mettre le couvercle sur la casserole et laisser la sauce mijoter à feu doux pendant environ 15 minutes.
4. Préparer la salade. Mélanger la mâche avec un peu d'huile et de jus de citron, saler et poivrer. Faire griller les pignons de pin et les saupoudrer sur la salade.
5. Assaisonner la sauce avec du sucre et du sel et laisser mijoter pendant encore 2 minutes. Si vous souhaitez une sauce lisse, vous pouvez la mixer un peu plus à l'aide d'un mixeur plongeant.

Info recette: Must Be Yummie