



Aubergines en escabèche

Description

[vc_row][vc_column width= »1/3?][vc_column_text]Les aubergines en escabèche sont parfaites à présenter pour un apéro, ou à ajouter à un sandwich, pour y ajouter une saveur estivale. Faciles à préparer, il faudra pourtant montrer de la patience, car une fois préparées, il est conseillé de les « oublier » pendant 2 semaines. Ensuite, place à la dégustation, sur du pain grillé ou des crackers.[/vc_column_text][vc_column width= »2/3?][vc_single_image image= »3188? img_size= »full » onclick= »zoom »][/vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Recette des aubergines en escabèche

[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row equal_height= »yes » content_placement= »top » css= ».vc_custom_1578327110108{background-color: #f0f0f0 !important;} »][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]3-4 pers[/vc_column_text][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Préparation 15 min[/vc_column_text][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Cuisson 10 min[/vc_column_text][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Niveau facile[/vc_column_text][vc_row][vc_row][vc_column width= »1/3?][vc_column_text css= ».vc_custom_1591476440830{background-color: #f0f0f0 !important;} »]

Ingrédients

- 400g d'aubergines
- 4-5 cuillères à soupe de gros sel
- vinaigre
- piment moulu (facultatif)
- laurier
- origan
- poivre en grains
- 4-5 gousses d'ail
- huile d'olive

[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_column_text]

Etape par étape

1. D'abord, laver les aubergines, peler une bande sur deux de peau en les couper en tranches de 0,5 cm. Couvrir avec le gros sel, le répartir uniformément sur toutes les tranches d'aubergines. Mettre dans une passoire et laisser l'eau dégorger pendant au moins 3h.
2. Ensuite, rincer plusieurs fois les aubergines pour en éliminer le sel et l'amertume.
3. Faire bouillir de l'eau dans une casserole, y ajouter un peu de vinaigre (5cl environ) et y plonger les aubergines pendant 5 à 10 minutes.
4. Une fois cuites, égoutter les aubergines et les sécher avec du papier absorbant.
5. Eplucher les gousses d'ail et les couper en lamelles.
6. Dans un bocal en verre, mettre des couches successives d'aubergines, et intercaler le piment, le laurier, l'origan, le poivre en grain et l'ail. Couvrir d'huile d'olive (elle doit couvrir complètement tous les morceaux d'aubergine).
7. Mettre au frigo et laisser reposer 2 semaines avant de déguster.

[/vc_column_text]/[vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Astuces pour réussir les aubergines en escabèche

- Vous pouvez ajouter un tiers de bouteille de vin blanc dans l'eau de cuisson des aubergines.
- Vous pouvez aussi ajouter des oignons et carottes coupées finement et cuites à l'eau.
- Après les deux semaines de repos des aubergines, vous pourrez directement les déguster. Si vous souhaitez les conserver plus longtemps, il vous faudra, juste après la confection de la conserve, la stériliser.

[/vc_column_text]/[vc_column][vc_row][vc_row content_placement= »middle »][vc_column width= »1/6?][vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_message message_box_color= »mulled_wine » icon_fontawesome= »fa fa-camera » css= ».vc_custom_1578330895116{background-color: #f0f0f0 !important;} »]

Si vous cuisinez les recettes du blog, n'hésitez pas à prendre le résultat en photo et à le publier sur les réseaux sociaux avec la mention **@vidaypimienta** ou le hashtag **#vidaypimienta**

Par avance merci de votre collaboration et bonne cuisine !

[/vc_message][/vc_column][vc_column width= »1/6?][/vc_column][vc_row][vc_row content_placement= »middle »][vc_column][vc_separator color= »mulled_wine » border_width= »3? el_width= »50?][/vc_column][vc_column][vc_masonry_grid post_type= »post » max_items= »-1? style= »lazy » items_per_page= »4? show_filter= »yes » element_width= »3? gap= »10? orderby= »rand » item= »basicGrid_NoAnimation » initial_loading_animation= »none » grid_id= »vc_gid:1592759008108-8d479ace-17d1-4? taxonomies= »98, 184? filter_source= »category »][/vc_column][/vc_row]

CATEGORY

1. Apéritif
2. Coin salé

POST TAG

1. frais et léger
2. légumes
3. recette vegan
4. sans gluten
5. sans lactose
6. végétarien

Categorie

1. Apéritif
2. Coin salé

Tags

1. frais et léger
2. légumes
3. recette vegan
4. sans gluten
5. sans lactose
6. végétarien

date créée

30/07/2020

Auteur

admin

default watermark