



Caviar d'aubergine super facile

Description

[vc_row][vc_column width= »1/3?][vc_column_text]

Qui ne s'est jamais posé la question de quoi préparer pour un apéro entre amis ? On a tendance à vouloir proposer plusieurs options pour varier les plaisirs, il faut alors opter pour des recettes rapides et faciles à faire. Et si on peut les préparer à l'avance, encore mieux, non ? J'ai donc la recette qu'il vous faut, et elle fait l'unanimité ! Elle peut très bien être utilisée comme dip, ou encore dans un sandwich, pour remplacer le beurre : le caviar d'aubergine.

[/vc_column_text][vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_single_image image= »2127? img_size= »full » onclick= »zoom »][/vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Recette du caviar d'aubergine

[/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]

2-3 pers

[/vc_column_text][vc_column][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]

Préparation 10 min

[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Cuisson 20 min[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Niveau facile[/vc_column_text]/[vc_column][vc_row][vc_row][vc_column width= »1/3?][vc_column_text css= ».vc_custom_1580931134558{background-color: #f0f0f0 !important;} »]

Ingrédients

- 1 belle aubergine
- 1 gousse d'ail
- 1 filet d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- sel
- poivre

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

Etape par étape

1. D'abord, allumer le four et le préchauffer à 200°C.
2. Laver et couper l'aubergine en deux, dans le sens de la longueur. Ensuite, inciser la chair 3 à 4 fois sur chaque moitié d'aubergine, cela permet une meilleure cuisson.
3. Peler la gousse d'ail, la couper en deux et enfoncer les morceaux d'ail dans les incisions de l'aubergine.
4. Mettre au four et laisser cuire une vingtaine de minutes. Une fois les aubergines cuites (elles doivent être molles), les sortir du four et grater la chair avec une cuillère pour enlever la peau (si de petits morceaux de peau restent, c'est pas grave).
5. Enfin, mixer la chair avec l'ail, un filet d'huile d'olive, le citron, saler et poivrer. Servir frais.

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

Caviar d'aubergine : trucs et astuces

- Le caviar d'aubergine se conserve quelques jours au frigo.
- Je fais souvent une grande quantité de caviar d'aubergine pour ensuite le congeler, soit en cubes dans un bac à glaçons, soit directement dans des pots en verre (type conserve). Je peux ensuite en décongeler dès que j'en ai besoin, et il est comme frais.
- J'aime aussi utiliser le caviar d'aubergine sur du pain, agrémenté de fromage (par exemple de la feta, comme sur la photo) ou de charcuterie.

[/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:1580931336803-5d4ff6ca-8883-5? taxonomies= »98, 184?  
filter_source= »category »][vc_column][vc_row]
```

CATEGORY

1. Apéritif
2. Coin salé

POST TAG

1. recette express
2. recette vegan
3. sans gluten
4. sans lactose
5. végétarien

default watermark

Categorie

1. Apéritif
2. Coin salé

Tags

1. recette express
2. recette vegan
3. sans gluten
4. sans lactose
5. végétarien

date créée

20/11/2019

Auteur

admin