

CAVIAR D'AUBERGINES

Retrouvez toutes nos recettes sur www.panier-naturel.com

Facile	Coût faible
Préparation : 10 minutes	Cuisson : 5 minutes
Pour 4 personnes	1 autocuiseur, 1 mixeur, 1 saladier

Ingrédients :

2 aubergines
1 yaourt nature
2 petites gousses d'ail (ou 1 grosse)
1 cuillerée à café de moutarde
1 pain de campagne
Huile d'olive
Sel et poivre

Préparation :

- 1 - Eplucher et couper en gros morceaux les aubergines.
- 2 - Les faire cuire dans l'autocuiseur avec un peu d'eau pendant 5 minutes à partir de la rotation de la soupape.
- 3 - Laver et hacher finement le persil.
- 4 - Eplucher et hacher finement les gousses d'ail.
- 5 - Passer au mixeur les aubergines, l'ail, la moutarde et le yaourt.
- 6 - Verser le mélange obtenu dans un saladier, assaisonner à votre convenance et placer au réfrigérateur 15 minutes.
- 7 - Juste avant de servir, faire griller des tranches de pain de campagne puis les napper d'un filet d'huile d'olive.
- 8 - Accompagner le caviar d'aubergines avec les tranches de pain grillé et saupoudrer de persil haché.