

Aubergines fendues (patlican karniyarik)

✂ Pour 4 portions ⌚ Temps de préparation : 30min 🍳 Temps de cuisson : 1h

Ingrédients

- 4 aubergines de taille moyenne
- 2 c. table (30 ml) huile d'olive
- 2 tasses (500 ml) oignons émincés
- 450 g viande hachée, moitié veau et moitié agneau
- 4 tomates
(2 coupées en dés + 2 coupées en tranches)
- 2 c. table (30ml) persil haché
- 1 poivron vert coupé en dés
- ½ tasse (125 ml) eau
- sel et poivre

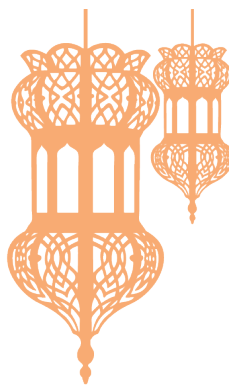


Conseil

On peut ajouter à la farce 2 c. table de raisins secs avec 1 c. table de cumin en poudre. Cela ajoutera une agréable douceur et un parfum exotique.

Préparation

- 1 Laver les aubergines et les couper en deux dans le sens de la longueur. À l'aide d'un couteau, faire un quadrillé dans la chair sans se rendre jusqu'à la peau. Enfourner sur une plaque et cuire 15 min à 350°F (180°C).
- 2 Préparer la farce : dans un poêlon, faire revenir l'oignon dans l'huile d'olive jusqu'à ce qu'il soit translucide. Ajouter les viandes hachées, cuire jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de liquide, soit environ 15 min. En fin de cuisson ajouter les deux tomates coupées en dés et le persil. Saler et poivrer.
- 3 Avec une cuillère, vider délicatement les aubergines sans les endommager. Réserver les enveloppes vidées d'aubergines et mélanger la pulpe d'aubergine ainsi recueillie avec la farce.
- 4 Remplir les enveloppes d'aubergines de la farce et les disposer dans un plat de cuisson creux, en les garnissant des tranches de tomates et des dés de poivron.
- 5 Ajouter l'eau au fond du plat et cuire à découvert à 350°F (180°C) pendant 45 min.
- 6 Servir chaud.



Recette de l'explorateur
Olivier Berthelot