

# Aubergines aux légumes grillés



**Temps de préparation : 15 mn**

**Temps de cuisson : 45 mn**

**Temps Total : 1 h**

**Difficulté : Facile**

**Budget : Facile**

## **Ingrédients pour 4 personnes :**

- 4 grosses aubergines
- 3 poivrons (rouge/vert/jaune)
- 12 tomates cerises
- 3 gousses d'ail
- 50 gr de pignons
- 1 gros oignon

## **Matériel :**

Aucun

## **Préparation :**

Préchauffer le four à 190°C.

Retirer le pédoncule et couper les aubergines dans la longueur. Quadriller la chair avec un couteau et à l'aide d'un pinceau de cuisine huiler la surface puis assaisonner. Placer les aubergines sur une plaque à four (chair vers le haut) et enfourner pour 30 mn.

Pendant ce temps, émincer les oignons, écraser l'ail et tailler les poivrons en petits morceaux. Faire revenir dans une sauteuse l'oignon et l'ail. Quand les oignons sont translucides, rajouter les poivrons et faire revenir doucement jusqu'à ce que les poivrons soient fondants (rajouter un peu d'eau si nécessaire pour éviter que cela n'attache).

Sortir les aubergines (ne pas éteindre le four) et délicatement retirer la chair sans abimer la peau. Mélanger la chair d'aubergine avec les poivrons et rectifier l'assaisonnement si nécessaire. Regarnir les peaux des aubergines avec la préparation, couper les tomates en 2 et poser les sur dessus. Remettre au four pour 15mn.

Pendant ce temps, torréfier les pignons.

Sortir les aubergines du four, parsemer avec les pignons et déguster aussitôt.

## **Trucs et Astuces :**

Attention lors de la torrification des pignons ils brûlent très facilement.

Si on le désire, on peut agrémenter la préparation d'un peu de parmesan râpé qu'on ajoutera sur le dessus de la préparation au moment de repasser les aubergines au four.

On peut également ciseler quelques feuilles de coriandre au moment de la dégustation.