

RATATOUILLE AUBERGINE éPICé



Temps de préparation: 1h - Temps de cuisson: 15mn - Nombre de portions: 4

Ingrédients:

- 400g Aubergine coupés en dès
- 10 Brins de coriandre
- 5 Feuilles de menthe fraîche
- 75g Oignon
- 4 gousses Ail
- 350g Tomates concassées en conserve
- 1cc Concentré de tomate
- 3 pincées Paprika moulu
- 120g Pois chiches
- - Sel
- - Poivre

Préparation:

- Préchauffer le four à 230°: Mettre 400 g d'aubergines dans un saladier, ajouter 50 g d'huile d'olive et mélanger. Transvaser sur une plaque de four saler, puis enfourner et cuire 10-15 minutes à 230 °C.
- Pendant ce temps, mettre 10 brins coriandre et 5 feuilles de menthe dans le bol, puis hacher 3 sec/vitesse 7. Transvaser dans un récipient et réserver.
- Mettre 75g d'oignon et 4 ail dans le bol, puis hacher 5 sec/vitesse 5. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
- Ajouter les 30 g d'huile d'olive restants et faire suer 5 min/100°C/vitesse 1.
- Ajouter 350g de tomates concassées, 1cc de concentré de tomate, les 100 g d'eau restants et le paprika, puis mélanger 20 sec/vitesse 3.
- Cuire à la vapeur 15 min/Varoma/vitesse 1. Retirer l'ensemble Varoma et réserver.
- Ajouter les herbes hachées et 120g de pois chiches au contenu du bol, puis chauffer 5 min/100°C/sens inverse/vitesse 2.
- Ajouter les aubergines rôties et mélanger 20 sec/sens inverse/vitesse 2. Se mange chaud ou froid