



Elvea, L'Italie chez vous

Aubergines rôties au four



Ingrédients pour Personnes

4	aubergines
	ELVEA Double concentré de tomates
2 cuillères à soupe de	huile d'olive
2 cuillères à soupe de	eau
2 cuillères à café de	cumin
1 cuillère à café de	poudre de poivron
	sel
	poivre
1 boîte de	pois chiches cuits
1 cuillère à soupe de	farine
1 cuillère à soupe de	huile d'olive
	feta
	Quinoa cuit

Préparation

Préchauffer le four à 170°.

Laver et couper les aubergines en deux.

Mélanger dans un petit pot 2 càs d'huile d'olive, 2 càs d'eau, 2 càs de concentré de tomate, 1/2 càc de cumin, sel et poivre. Bien mélanger.

Inciser les aubergines et former un grillage par dessus.

Badigeonner les aubergines du mélange.

Enfourner pour 20-30 minutes en fonction de votre four.

En fin de cuisson faire revenir dans une poêle les pois chiches avec le reste des épices et la farine.

Faire revenir 2-3 minutes.

Servir les aubergines avec un peu de quinoa par dessus, des pois chiches grillés, de feta émiettée et de persil.

