



## *Caviar d'aubergines*

**Portions : 4**

Préparation : 20 min   Réfrigération : 1 h   Cuisson : 45 min

### **Ingrédient**

2 moyennes aubergines  
2 gousses d'ail, émincées  
80 ml (1/3 tasse) de tahini  
Le jus de 1 citron  
1 c. à soupe de graines de citrouille, torrifiées  
Huile d'olive  
Quelques brins de persil, ciselés  
Quelques tomates cerises, en dés  
Sel et poivre

1. Préchauffer le four à 200 °C (400 °F).
2. Laver les aubergines et les déposer entières directement sur une plaque à cuisson. Cuire 30 à 45 minutes ou jusqu'à ce que la peau soit grillée et la chair, fondante.
3. Retirer la peau des aubergines et jeter. Déposer la chair fondante dans un bol.
4. Ajouter l'ail, le tahini et le jus de citron. À l'aide d'un pied mélangeur, mixer la préparation. Réserver au frais au moins 1 heure avant de servir.
5. Garnir de graines de citrouille, d'huile d'olive, de persil et de tomates. Saler et poivrer. Servir avec des crudités ou des croustilles de légumes maison.

### **Valeur nutritive par portion**

Glucides : 7,3 g   Protéines : 2,7 g   Lipides : 2,2 g