

☞ *La variété la plus connue, tant en Amérique du Nord qu'en Europe, est l'aubergine pourpre foncé de forme allongée et ressemblant à une grosse poire.*



# Aubergine

## ● Conseils

L'aubergine est délicieuse chaude ou froide et s'apprête de plusieurs façons: farcie, grillée, gratinée, en casserole, en brochettes, réduite en purée.

## ● Stockage

Mettre l'aubergine dans un sac de plastique perforé avant de la réfrigérer. Elle se conserve environ une semaine au réfrigérateur.

## ● Le saviez vous ?

Les Européens l'apprécient d'abord pour ses qualités ornementales, car les premières variétés étaient très amères.

## ● Recette "Caviar d'aubergine"

Pour 4 personnes

### Ingrédients :

- 3 aubergines  
- 3 oignons

- sel, poivre, cumin  
- 1 à 2 cuillères à soupe d'huile d'olive

- persil

- ☞ Pelez, lavez et découpez les aubergines en morceaux.
- ☞ Mettez-les à cuire à la cocotte minute et comptez 10min de cuisson à partir du sifflement de la soupape.
- ☞ Pelez les oignons, émincez et mettez-les à revenir à la poêle avec un peu d'huile, hachez le persil frais.
- ☞ Mélangez l'aubergine aux oignons.
- ☞ Laissez bien réduire (15min).
- ☞ Ajoutez le persil en fin de cuisson, le sel, le poivre et le cumin.