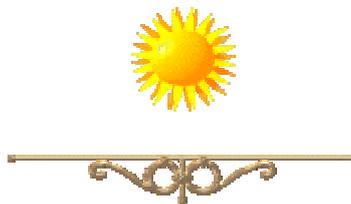


Fiche recette 9

Aubergine à la Valencienne.

(Plat végétarien). Préparation : 10 minutes - Cuisson : 30 minutes



Ingrédients pour 4 personnes.

1 kg d'aubergines, 150 g d'oignons, 1 kg de tomates, 2 cuillers à soupe d'huile d'olives, 1 cuiller à café de sucre en poudre, 1 cuillers à café de thym, 3 cuillers à soupe d'eau, 2 gousses d'ail, 3 feuilles de laurier, sel & poivre du moulin.

Préparation & Cuisson.

Laver, peler, et concasser les tomates. Peler et hacher les oignons et l'ail. Laver l'aubergine et la couper en rondelles. Préparer un coulis de tomates en faisant revenir dans l'huile, les tomates, les oignons, l'ail, le thym et le laurier. Saler et poivrer puis verser dans le mélange, l'eau, le sucre en poudre et les rondelles d'aubergine. Laisser mijoter 30 à 45 minutes. Rectifier l'assaisonnement, puis servir.