

CANNELONI D'AUBERINES A LA TOMATE

- **Type de plat** : Garniture
- **Difficulté** : Facile
- **Coût de la recette** : Bon marché
- **Temps de préparation** : 10 min
- **Temps de cuisson** : 10 min
- **Calories** : Moyen
- **Pays** : France



Ingrédients pour 2 personnes

- Une petite aubergine
- Une grosse tomate
- Du paprika
- Une gousse d'ail
- Un petit bouquet de basilic

Etapas de préparation

1. A l'aide d'un économe, retirer une ou deux bandes de peau de l'aubergine (préalablement lavée et séchée). Puis, découper des lamelles de quelques millimètres d'épaisseur sur toute la longueur pour avoir de belles bandes d'aubergine avec une bordure de peau de chaque côté.
2. Pour cuire ces lamelles, vous pouvez le faire à la plancha ou comme moi à ma sauteuse sans huile. Si vous n'avez pas de sauteuse ou poêle antiadhésive par contre il faudra de la matière grasse sinon ça va être affreux.
3. Saler et poivrer les lamelles d'aubergine, saupoudrer de paprika.
4. Pendant ce temps, monder la tomate : On la plonge une minute dans l'eau bouillante, puis, dans l'eau froide. La peau s'en va alors très facilement et ce sera beaucoup plus agréable à manger.
5. Couper la tomate en dés et mettre ceux-ci dans une casserole à feu moyen. Râper la gousse d'ail dans le mélange et laisser cuire.
6. On arrêtera la cuisson lorsque le mélange sera devenu assez épais pour garnir les roulés sans couler partout. Ajouter alors le basilic ciselé, assaisonner, bien mélanger. Laisser refroidir.
7. Déposer une cuillère à café de sauce tomate à l'extrémité d'une bande d'aubergine et rouler celle-ci sur elle même. Réserver les roulés au frais jusqu'au repas.

