

Recette du caviar d'aubergine

Chacun a son petit truc pour réussir le caviar d'aubergine, son assaisonnement fétiche, sa petite touche en plus. Je vous en avais déjà proposé une version au curcuma (voir recette du caviar d'aubergine au curcuma <https://cuisine-saine.fr/recette-facile/recette-bio-caviar-d%E2%80%99aubergines-au-curcuma/>) Cette fois je vous propose la version plus traditionnelle au cumin. Et ma petite touche perso pour ajouter un peu d'onctuosité.

Le plus difficile dans la recette du caviar d'aubergine c'est de bien réussir la cuisson des aubergines et ce n'est pas bien sorcier quand elles sont bien préparées.

Vous pouvez bien sûr le déguster sur les tartines grillées, mais aussi en accompagnement dans une assiette de légumes, ou avec des pommes de terre en robe des champs. C'est une recette des plus estivale qui conviendra parfaitement en apéritif.

J'utilise des graines de cumin plutôt que du cumin en poudre, leur goût est plus développé et je trouve ça meilleur de cette façon.

Caviar d'aubergine

- Recette sans gluten
- Recette sans lait
- Recette vegan

Pour 4 personnes

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 30 min

Ingrédients

- 2 aubergines
- 4 cuil. à soupe d'huile d'olive
- Fleur de sel
- ½ citron jaune
- ½ cc de graines de cumin
- 1 gousse d'ail
- 1 cuil. à soupe de purée de noix de cajou
- Poivre noir

1. Préchauffez le four à 180°C ou thermostat 6.
2. Coupez les aubergines en deux dans le sens de la longueur. Quadrillez la chair des aubergines comme sur l'image dans l'introduction.

3. Versez un filet d'huile d'olive sur chaque, puis saupoudrez un peu de fleur de sel.
4. Enfourez pour 30 minutes.
5. Sortez du four, laissez un peu refroidir avant de prélever la chair des aubergines à l'aide d'une cuillère à soupe. Raclez bien la peau.
6. Déposez la chair des aubergines dans un mixeur avec le jus du demi-citron, les graines de cumin, la gousse d'ail épluchée, la purée de noix de cajou et trois tours de poivre noir.
7. Mixez pour obtenir une texture lisse, versez dans un plat de service et dégustez.

Le conseil de Karen

D'autres recettes avec des aubergines :

[Nems d'aubergine](#)

[Poêlées d'aubergines aux anchois](#)