

Raïta d'Aubergines

Préparation : 10 min

Cuisson : 15 min

Personnes : 4

Ingrédients :

- 2 petites aubergines
- 1 oignon
- 4 cuil. à soupe d'huile
- 1 cuil. à soupe de garam-massala (cannelle, cardamome, fenouil, girofle, coriandre, cumin, muscade, poivre noir)
- 1 tomate
- 2 cuil. à soupe de coriandre
- 2 yaourts entiers naturels
- 1 pincée de paprika
- sel

Préparation :

Inciser dans le sens de la longueur les aubergines puis les faire griller sous le gril du four jusqu'à ce que la pointe d'un couteau pénètre facilement.

Les sortir du four et les tièdir.

Prélever la chair ensuite et la mettre dans un saladier.

Ciseler l'oignon et le faire blondir 2 à 3 min dans l'huile.

Ajouter une demi-cuillerée à café de sel et le Garam-Massala.

Remuer et ajouter la tomate coupée en dés et la coriandre fraîche.

Cuire 1 min puis incorporer la chair d'aubergine.

Cuire à nouveau 3 min.

Verser le mélange dans un saladier, y ajouter les yaourts et mélanger.

Mettre au réfrigérateur.

Servir bien frais la raïta saupoudrée de paprika.

Suggestion :

Servir avec des Chapatis.