

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

AUBERGINES FRITES EN CHAPELURE A LA MENTHE

Pour 3 personnes :

3 aubergines moyennes - 10 feuilles de menthe - 1 verre d'huile d'olive - 3 càs de chapelure - vinaigre de vin - sel - poivre -

Couper les extrémités des aubergines, les peler puis les couper en 2 dans la largeur et enfin les couper en bâtonnets. Chauffer l'huile dans une poêle. Frire les bâtonnets petit à petit (pour moi en 3X) dans l'huile chaude. Sortir à l'aide d'une écumoire, égoutter sur du papier absorbant. Saler. Dans une autre poêle dans un peu d'huile chauffer les feuilles de menthe. Ajouter les bâtonnets d'aubergines et arroser de vinaigre de vin. Bien mélanger. Ajouter la chapelure, remuer et laisser pour qu'elle absorbe bien le jus. Retirer du feu. Servir froid.

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr