



- Préchauffez le four à 220°C. Piquez les aubergines en plusieurs endroits avec un couteau, mettez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et enfournez pour 1 heure environ, jusqu'à ce que la chair soit bien tendre. Laissez-refroidir puis coupez les aubergines en deux et retirez la chair à l'aide d'une cuillère. Mettez-la dans une passoire et laissez égoutter pendant au moins 30 mn.
- Faites infuser le safran dans 1/2 c. à soupe d'eau tiède. Réservez.
- Mettez la crème fraîche et le parmesan (ou le kashk) dans une petite casserole avec 7,5 cl d'eau. Portez à petite ébullition sur feu moyen, mélangez puis réservez hors du feu.
- Faites chauffer 2 c. à soupe d'huile sur feu moyen dans une sauteuse. Ajoutez l'oignon et les graines de cumin et laissez cuire pendant +/- 10 mn, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que l'oignon soit tendre. Incorporez alors la chair d'aubergine, les gousses d'ail, 1 c. à café de sel et un peu de poivre du moulin. Poursuivez la cuisson pendant 2 mn avant d'arroser le mélange de jus de citron vert. Remuez encore pendant 1 mn, puis retirez la sauteuse du feu.
- Incorporez le yaourt au mélange crème fraîche/parmesan (ou kashk) sur feu doux pendant 5 mn, en remuant de temps en temps. Surveillez la cuisson et arrêtez-la si le yaourt commence à se déliter.
- Mélangez la menthe séchée avec une cuillère à soupe d'huile et réservez.
- Ciselez les feuilles de menthe fraîche. Réservez.
- Portez de l'eau salée à ébullition dans une grande casserole et faites-y cuire les pâtes selon les indications figurant sur l'emballage. Elles doivent rester un peu fermes. Égouttez-les, incorporez 2 c. à soupe d'huile et mélangez. Répartissez les pâtes dans des bols individuels (ou des assiettes creuses). Arrosez-les de quelques gouttes d'huile à la menthe et d'eau au safran, ajoutez un peu d'aubergines, de crème fraîche au parmesan, saupoudrez de menthe fraîche et terminez par un filet d'huile d'olive. Servez vos pâtes à l'Irannienne immédiatement.



Les pâtes réclament beaucoup d'eau : respectez la règle absolue suivante : **1 litre d'eau pour 100 g de pâtes.** Pour éviter que vos pâtes accrochent au fond de la casserole, créez un petit tourbillon dans l'eau bouillante avec votre cuillère en bois avant de mettre vos pâtes.

Assez facile
1h00 de préparation
1h30 de cuisson
Bon marché
Veggie

Ingrédients pour 4 pers. :

3 grosses aubergines
140 g de crème fraîche mélangée avec 60 g de parmesan râpé (ou 200 g de kashk, dans les épiceries orientales)
5 c. à soupe d'huile d'olive + 1 peu pour servir
1 gros oignon émincé
2 c. à café de graines de cumin
3 gousses d'ail écrasées
1 c. à soupe de jus de citron vert
150 g de yaourt à la grecque
2 c. à café de menthe séchée
500 g de linguine (ou pour les puristes, des reshteh, nouilles iraniennes, dans les épiceries orientales ou en ligne)
1/2 c. à café de stigmates de safran
1 quinzaine de feuilles de menthe fraîche
Sel
Poivre du moulin

Variantes :

Rajoutez 2 à 3 saucisses (chipolata, merguez, morteau, chorizo...) coupées en petits morceaux et grillées à la poêle.

