



Assez facile
35 mn de préparation
1h00 de repos
1h20 de cuisson totale
Bon marché
Sans gluten
Veggie

Ingrédients pour 4 pers. :

- 2 grandes aubergines (choisissez-les bien renflées et gardez la queue)
- 500 g de mozzarella fior di latte (c'est-à-dire au lait de vache, car la mozzarella di buffala ne se cuit pas)
- 2 tomates moyennes (hors saison, prenez 1 boîte de tomates pelées)
- 400 g de purée de tomates (ou passata. En général je prends la bio de Mutti)
- 2 gousses d'ail
- Quelques branches de thym (ou de romarin)
- Une vingtaine de petites feuilles de basilic
- Huile d'olive
- 5 à 6 c. à soupe de gros sel
- Sel fin
- Poivre du moulin

Variantes :

Vous pouvez supprimer l'ail, ou en mettre davantage, selon vos goûts !
Vous pouvez saupoudrer les aubergines de parmesan fraîchement râpé.
Pour la vraie recette de parmigiana, tapez "AUBERGINES À LA PARMIGIANA" sur le blog.



1. Rincez les aubergines. Conservez la queue. À l'aide d'un grand couteau, incisez-les en partant de la queue et faites des tranches bien droites et assez épaisses (1 à 1,5 cm). Attention, elles doivent rester attachées à la queue.
2. Mettez les aubergines côte à côte dans une grande passoire. Saupoudrez de gros sel en écartant les tranches. Laissez-les aubergines dégorger ainsi pendant une heure, en secouant la passoire 1 ou 2 fois.
3. Pelez, dégermez et hachez l'ail. Mettez-le à revenir quelques minutes à feu moyen dans une poêle avec 1 c. à soupe d'huile d'olive. Ajoutez la purée de tomates, les branches de thym, salez, poivrez et laissez mijoter à feu doux pendant 30 mn. Lorsque la sauce est prête, ôtez les branches de thym et réservez.
4. Une fois les aubergines dégorgees, rincez-les bien et séchez-les en intercalant des feuilles de papier absorbant entre les tranches.
5. Égouttez et coupez la mozzarella en tranches assez fines.
6. Rincez les tomates, ôtez les pédoncules et coupez-les en fines lamelles.
7. Préchauffez votre four à 180°C (th. 6).
8. Posez les aubergines sur une plaque recouverte de papier cuisson. Ouvrez-les délicatement en éventail. Glissez entre chaque tranche :
 - une lamelle de tomate,
 - une tranche de mozzarella,
 - une cuillère à soupe de sauce. S'il vous reste des ingrédients, répartissez-les entre les tranches.
 Versez un filet d'huile d'olive et enfournez pour 40 à 50 mn (selon votre four et la taille de vos aubergines) jusqu'à ce que la mozzarella ait légèrement gratinée.
9. A la sortie du four, à l'aide de deux larges spatules, dressez sur un plat de service, parsemez de petites feuilles de basilic et servez aussitôt.



Si vous n'avez pas le temps, vous n'êtes pas obligé de faire dégorger les aubergines. Elles rendront beaucoup d'eau lors de la cuisson mais vous pouvez l'égoutter avant de dresser les aubergines sur votre plat.