

Recette du chef : Câlin d'aubergine grillée au saumon fumé

15 minutes / 4 personnes

Ingrédients :

- 2 aubergines
- 6 tranches de saumon fumé
- 50g de yaourt
- 50g de crème fraîche épaisse
- 1 cuillère à café de pesto
- 5 cl d'huile d'olive
- Sel / poivre

Préparation :

- Laver et couper les extrémités des aubergines.
- Trancher les aubergines dans la longueur d'une épaisseur de 1 cm.
- Badigeonner les tranches d'huile d'olive et assaisonner avec sel/poivre.
- Chauffer le grill à 2/3 de puissance de la plaque puis faire le test de la goutte d'eau*.
- Colorer les tranches d'aubergines 2 à 3 minutes de chaque côté.
- Laisser refroidir les aubergines complètement.
- Mélanger dans un récipient le yaourt, la crème et le pesto puis assaisonner.
- Déposer une bande de saumon sur les tranches d'aubergines puis tartiner de mélanger au yaourt.
- Rouler les aubergines et piquer avec une brochette pour les maintenir.

* Comment savoir si votre **poêle** ou votre **plancha** est assez **chaude** ?

En jetant quelques gouttes d'eau sur une poêle, sur une plancha, un grill ou tout autre instrument de cuisson on peut évaluer facilement sa température. Si vous voulez saisir, c'est essentiel, surtout si vous souhaitez limiter les matières grasses.

Comment faire ? Mouillez vos doigts, laissez tomber quelques gouttes d'eau sur la surface chaude et observez :

. Moins de 100°C. la goutte s'étale et s'évapore tranquillement.

. Au-dessus de 100°C. votre goutte se met à bouillir, vous l'entendez grésiller et elle s'évapore beaucoup plus vite.

. Passé 160°C. la goutte rebondie, forme des billes qui roulent et dansent sur la surface chaude. L'évaporation est très lente...