

FICHE DE RECETTE

Aubergines à la parmigiana

Type de recette	Plat
Nombre de portions	4
Temps de préparation	
Temps de cuisson	
Temps de refroidissement	
Coût matières total (HT) :	
Coefficient multiplicateur :	
Prix / Portion (HT) :	1,5000 €

INGRÉDIENTS

PRODUIT	UNITÉ	QUANTITÉ	PUHT	PTHT
Grosses aubergines	pc	2		
Oeufs	pc	2		
Sauce tomate	gr	400		
Botte de basilic	pc	1		
Boules de mozzarella	pc	4		
Parmesan	gr	50		
Farine	gr	100		
Origan séché	gr	5		
Huile d'olive	l	0,2		
Huile de cuisson	l	0,2		
TOTAL				

DESCRIPTION DE LA RECETTE

Casser les œufs dans un bol et battre le vigoureusement.

Couper les aubergines très finement dans le sens de la longueur (position 4 sur la mandoline).

Faire chauffer une poêle avec un peu d'huile.

Plonger les tranches d'aubergines une à une dans la farine puis dans l'oeuf et colorer gentilement dans la poêle de chaque côté.

Râper le parmesan, couper la mozzarella en tranches et éfeuiller le basilic.

Dans un plat à four ou dans des ramequins individuels, disposer une tranche d'aubergine, 2 c.à.s de sauce tomate, une feuille de basilic, 2 tranches de mozza, du parmesan râpé et renouveler l'opération 3 fois.

Saupoudrer la parmegiana d'origan, arroser d'huile d'olive et enfourner 40 minutes à 190°.

Gratiner sous le grill du four si nécessaire.



