

AUBERGINES · CREVETTES · SÉSAME · ASIATIQUE

Aubergines rôties au miso, crevettes & mayo sésame



@mandine.cuisine
INSTAGRAM

Le fondant de l'aubergine associé au miso, accompagné de crevettes au gingembre et d'une mayo maison !

PREP
30 min

COOK
30 min

SERVES
4

LEVEL
Medium

Notes

Pour plus de légèreté et un côté moins gras, j'ai choisi d'ajouter du yaourt grec à ma mayonnaise aux sésames.

Je préfère la cuisson à la poêle pour plus de croustillant, mais pour plus de rapidité, les crevettes peuvent être rôties au four, en même temps que les aubergines.

Ingredients

21 ITEMS

AUBERGINES AU MISO

 Aubergines bio	4	 Miso blanc bio	2 c. à soupe
 Parmesan rapé	6 c. à soupe	 Chapelure panko	100 g
 Huile de sésame bio	4 c. à soupe	 Vinaigre de cidre bio	2 c. à soupe
 Graines de sésame noires et blanches	4 c. à soupe	 Flocons de piment	2 c. à café
 Eau chaude	4 c. à soupe		

CREVETTES MARINÉES AU GINGEMBRE

 Crevettes (poids décortiquées)	500 g	 Gingembre bio	10 cm
 Ail bio	3 gousses	 Huile de sésame bio	2 c. à soupe

MAYONNAISE SÉSAME

 Jaune d'oeuf bio	1	 Tahini bio	1 c. à soupe
 Huile de sésame bio	5 c. à soupe	 Yaourt grec	2 c. à café



Sel & poivre

-



Graines de sésame noires

2 pincées

PRÉSENTATION

Ciboule (partie verte)

2 tiges



Graines de sésame noires

8 pincées

Method

6 STEPS

- 1 Coupez les aubergines en gros dès et faites les dégorger une bonne demi-heure, en les plaçant dans une passoire, saupoudrées de sel.
- 2 Décortiquez les crevettes et placez-les dans un saladier avec l'huile de sésame, le gingembre épluché et râpé, ainsi que les gousses d'ail écrasées. Réservez au frais.
- 3 Préparez la marinade des aubergines en mélangeant le miso, le parmesan râpé, la chapelure, l'huile et les graines de sésame, le vinaigre de cidre et les flocons de piment. Éventuellement, si la marinade vous semble trop épaisse et est difficile à mélanger, ajoutez l'eau chaude.
- 4 Une fois égouttées, rincez vos aubergines avant de les éponger à l'aide d'un sopalin et de les verser dans la marinade. Mélangez bien et disposez sur la plaque du four, avant de placer en cuisson, 25 minutes à 180°C.
- 5 Dans le bol d'un robot ou dans un saladier, ajoutez le tahini au jaune d'oeuf et battez en ajoutant l'huile de sésame progressivement. Quand la mayonnaise est bien montée, pour plus de légèreté, ajoutez le yaourt grec et battez encore quelques secondes. Saupoudrez de graines de sésame noires et réservez au frais.
- 6 Dans une poêle bien chaude, faites revenir les crevettes, jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

Serving

Dans une assiette creuse, disposez les aubergines rôties encore chaudes, suivies des crevettes. Ajoutez une pointe de mayonnaise aux sésames et saupoudrez de ciboule ciselées et de graines de sésames noires. Dégustez bien chaud !