

Salade d'aubergines grillées au cumin

Bonjour à tous,

Je vous retrouve aujourd'hui pour une petite idée fraîcheur, qui pourrait vous être utile avec les températures prévues ce week end. ☐

Dès qu'il fait chaud, côté cuisine, pour faire plaisir à mes gourmands, je dois souvent m'adapter pour proposer des plats qui peuvent se déguster froid. Je ne sais pas chez vous, mais cette gymnastique du chaud/froid est bien utile pur ne pas voir un gratin d'aubergines rester à peine entamé sous prétexte « il fait chaud, je n'arrive pas à manger chaud »,.. puis observer ses gourmands se jeter sur pain et fromages. Alors, si vous me croisez en été, ne vous étonnez pas de me voir consulter un peu trop souvent l'application météo du smartphone afin de prévoir efficacement les courses ^^

Bref.. A la maison, mes gourmands ne sont pas fans des « salades vertes » avec les classiques scaroles et laitues, mais ne rechignent pas quand je leur présente des salades de légumes d'été : courgette, poivron, aubergines. Les [poivrons grillés marinés](#) tirent le haut du panier puis juste derrière, caracole la salade d'aubergine grillées à la grecque ou la ratatouille arménienne. Il faut le savoir et y penser, mais les [aubergines \(une fois cuites/ grillées\)](#) se prêtent bien à une dégustation froide : c'est fondant, assez gouteux lorsque bien relevé de vinaigrette. La preuve : Les aubergines vinaigrettes ont bien circulé dans la blogosphère courant juin/juillet ☐ Début juillet, lors d'une vague de chaleur, j'ai voulu tenter une variante plus parfumée de cette salade d'aubergines grillées grecque. Je partie sur l'idée d'une vinaigrette aux accents orientaux, épicée cumin & ras el hanout, puis un peu de tomate pour la fraîcheur, ail, persil, et hop, en quelques minutes c'est prêt.

A la dégustation, mes gourmands, petits et grands ont adoré cette salade : les épices apportent vraiment quelque chose, cette saveur d'ailleurs que l'on aime bien en été avec les grillades. de plus, son côté fraîcheur se révéla très appréciable pour l'été. Satisfaite du succès, j'en ai refait plusieurs fois déjà.. et vu la quantité [d'aubergines du jardin](#), je vais récidiver ce week end ^^

Je vous partage donc la recette, si vous cherchez une idée de salade fraîche.

~~~~~



~~~~~

Recette : Salade aubergines grillées au cumin

Saison de la recette : Juillet à Septembre

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 2 [aubergines](#) (400 à 600 gr)
- 2 tomates (300 gr environ)
- 1 oignon rouge
- 1 grosse gousse d'ail
- 10-12 brins de persil
- 1 cuillère à soupe de cumin
- 1 cuillère à café de ras-el-hanout
- Huile d'olive
- Vinaigre de noix (ou vinaigre neutre))
- sel

Réalisation.

1. Lavez vos aubergines. Retirez le pédoncule et coupez les en tranches fines.
2. Étalez vos rondelles d'aubergines sur une plaque à four recouverte de papier cuisson, et saupoudrez de sel, de cumin et d'un filet d'huile d'olive
3. Enfournez sous le grill du four jusqu'à ce qu'elles soient dorées en surface. Retirez les ensuite et laissez refroidir.
4. En parallèle, épluchez ail et oignon puis hachez les finement. Lavez les tomates et coupez les en dés. Lavez le persil, retirez les feuilles et hachez les finement.
5. Rassemblez tous ces ingrédients dans un saladier puis ajoutez sel, poivre, ras el hanout. Mélangez bien.
6. Une fois les aubergines grillées, ajoutez les à la préparation. Versez un bon filet d'huile d'olive, de vinaigre de noix, mélangez vivement puis réservez au frais

Servez cette salade aubergine grillées cumin bien fraîche, soit en entrée, soit en accompagnement frais d'une grillade.

~~~~~

**Suggestions Maison :** Des salades d'été

Salade courgette tomate feta, façon grecque



Salade d'été aux pois chiches et haricots verts



~~~~~

Ils/Elles l'ont essayée :

Recette réalisée par Marmotte cuisine



~~~~~

Mots clés : [aubergine](#), [aubergines grillées](#), [salade](#) , [salade d'aubergines grillées](#), [tomate](#), [cumin](#)