

TERIYAKI D'AUBERGINES À LA PLANCHA

Ingredients (Pour 2 personnes)

- 1 grosse aubergine
- Huile d'olive
- Sel, poivre
- Pour la sauce
- 3 c. à s. de sauce soja
- 1 c. à s. d'huile de sésame
- Pour la finition
- 1 poignée d'haricots mungo
- 1 c. à s. de cacahuètes salées concassées
- 2 piments (1 vert et 1 rouge)
- 2 cm de gingembre râpé
- Copeaux de noix de coco fraîche
- Citrons (vert et jaune)

Preparation:

Laver l'aubergine et la couper en 2 dans le sens de la longueur. Avec un bon couteau, inciser la chair (pas la peau) en la quadrillant.

Badigeonner d'huile d'olive, saler et poivrer. Déposer sur la plancha et cuire 35 à 45 minutes selon la taille de l'aubergine. Retourner régulièrement.

Au terme de la cuisson, retirer la peau à l'aide d'une cuillère à soupe.

Préparer la sauce en mélangeant la sauce soja et l'huile de sésame. Réserver.

Couper les piments en fines lamelles et confectionner des copeaux de noix de coco.

Dresser l'aubergine sur une assiette. Parsemer d'haricots mungo, de lamelles de piments et de cacahuètes. Agrémenter des zestes de deux citrons, de gingembre râpé et de copeaux de noix de coco.

Verser la sauce et déguster avec un peu de gingembre confit et de pâte de wasabi.

