

Paprikas

Cuisine d'ici et d'ailleurs

La purée d'aubergine (Baba ghanouge)



Paprikas (c)

Pour 4 personnes
Préparation : 30 min

Ingrédients :

- 2 aubergines
- Le jus d'un demi citron
- 1 cuillère à soupe de crème de sésame (Tahiné)
- 2 gousses d'ail râpées
- Sel

Préparation :

Grillez les aubergines directement sur les flammes de votre cuisinière ou bien les grillez au four. Retirez la peau des aubergines grillées (ca se retire facilement après cuisson). Laissez dégorger dans une passoire. Puis écrasez les aubergines avec une fourchette. Ajoutez le citron, la crème de sésame (tahiné), l'ail et le sel. Mélangez bien le tout pour obtenir une purée homogène. Servir dans une assiette ou un bol puis arrosez la purée d'huile d'olive.

Purée de pois chiche (Houmous)



Pour 4 personne
Préparation : 30 min

Ingrédients :

- 1 boîte de pois chiche en conserve (300 g)
- 2 cuillères à soupe de crème de sésame (Tahiné)
- Le jus d'un citron
- 2 gousses d'ail râpées

Préparation :

Egouttez les pois chiche puis mixer-les finement avec le jus de citron. Mettez la purée dans un bol et rajoutez la crème de sésame (tahiné) et l'ail. Mélangez le tout. Si vous trouvez que la purée de pois chiche est un peu épaisse, vous pouvez mettre un peu d'eau pour la rendre souple. Avant de servir, arrosez d'huile d'olive et saupoudré de paprika.

Concombre au yaourt (Khiar bi laban)



Pour 4 personnes
Préparation : 15 min

Ingrédients :

- 1 concombre
- 1 yaourt nature
- 1 cuillère à café de menthe fraîche hachée
- 2 gousses d'ail hachées
- Sel

Préparation :

Lavez le concombre, l'épluchez et enlevez les graines puis coupez-le en petits dés. Ajoutez le yaourt, la menthe et l'ail. Mélangez le tout puis salez selon le goût et réserver au frais.

www.paprikas.fr