

## Ce mois-ci, le Chef vous propose deux entrées rafraichissantes et très faciles à réaliser : la salade d'aubergines et le Dadjjik (ou Tzatziki)

La salade d'aubergines est une entrée qui ressemble beaucoup au caviar d'aubergines. La grande différence réside dans la manière de mixer la chair avec une fourchette en bois pour ne pas casser les fibres au lieu d'une fourchette en métal ou d'un mixeur. C'est très important, car l'aubergine est composée de fibres et seule la cuillère en bois garde les fibres sans les casser.

Ingrédients : 1 à 2 kg d'aubergines (selon le nombre de personnes), huile d'olive, le jus d'un citron, sel. Conseil : choisir des aubergines de petite taille. Les plus grosses ont souvent beaucoup de pépins.



### Etape 1

Mettre les aubergines dans le four (180°) avec leur peau, de préférence sur une feuille d'aluminium, car en cuisant, elles laissent sortir leur jus, et cela peut salir l'intérieur de votre four.

Pour un goût fumé, vous pouvez aussi faire cuire les aubergines à la plancha.

La cuisson varie selon les aubergines, mais vous pouvez facilement les laisser 30 à 45 minutes. Vous verrez que l'aubergine est cuite, en appuyant sur la peau.



### Etape 2

Laisser refroidir un peu puis enlever la peau qui doit se détacher facilement. Dans le cas contraire, utiliser une cuillerée à soupe pour racler la chair. Mettez les aubergines nettoyées dans une passoire, saler à votre goût, et commencer à remuer avec la cuillère en bois, toujours dans le même sens. Il vaut mieux faire cette opération en plaçant la passoire sur un récipient creux, car en remuant, une partie des aubergines va se dégager par les trous de votre passoire, que vous jetez. Il vous restera les fibres de l'aubergine.



### Etape 3

Ajouter le citron pressé, tout en remuant. Le citron pourra éclaircir un peu la couleur de l'aubergine, car selon sa qualité, la chair prend une couleur foncée. Gouter pour voir si vous devez ajouter du jus de citron. Le jus sera absorbé par les aubergines.



### Etape 4

Ajouter l'huile d'olive toujours en remuant. L'huile sera totalement absorbée par les aubergines, mais cela prend un peu de temps. Conservez au frais sous film.

Si vous voulez que la présentation sur la table soit colorée, vous pouvez mettre des rondelles de tomates tout autour et quelques olives noires et au milieu des feuilles de persil plat.

Le Tzatzíki est un mezze grec (ou turc il se nomme alors **Djadjik**) qui peut être utilisé comme sauce ou comme entrée.



### **Ingrédients**

Yaourt grec épais  
Un ou deux pots de yaourt velouté  
1 concombre  
Aneth  
Sel  
Huile d'olive



### **Etape 1**

Eplucher le concombre et émincer avec la mandoline (si vous en avez), sinon trouver le moyen d'en faire des petits morceaux sans les écraser.



### **Etape 2**

Mettre le concombre émincé dans un saladier, ajouter le yaourt grec et un petit pot de yaourt velouté en remuant afin de bien mélanger. A vous de décider s'il faut mettre le deuxième pot de yaourt velouté ou pas. Ajouter du sel, goûter pour ajuster.

Ajouter de l'aneth cisaillé dans le saladier. Il faut en mettre une bonne quantité et en ajouter si on juge qu'on ne le voit pas assez après avoir bien remué.



### **Etape 3**

Verser lentement de l'huile d'olive tout en remuant, jusqu'à l'absorption totale de l'huile d'olive.



### **Etape 4**

Presser une ou deux gousses d'ail et remuer.  
Note : pour les personnes allergiques à l'ail il est possible de s'en passer, mais c'est bien meilleur avec !

Conserver au frais sous film alimentaire.

**Bon appétit ! Bel été à tous !**

**Rédigé par Rémy Arca**