

Gratin d'aubergines à la banane plantain



Accompagnement **Facile**

Pour : 2 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 25 mn

Votre plat à four n'a pas besoin d'être beurré. Servez accompagné de viande grillée.

Recette proposée par : Rosa Opératrice

Ingrédients

- 5 aubergines
- 1 banane plantain - mi mûre
- 250 g de fromage - râpé
- chapelure
- sauce béchamel - (maison ou toute-faite)
- 1 gousse d'ail
- 1 oignon
- 1 feuille de laurier
- 1 pincée de quatre épices

Préparation

- 1 Épluchez les aubergines et la banane plantain en rondelles.
- 2 Plongez-les dans de l'eau bouillante salée avec le laurier pour trois minutes de cuisson.
- 3 Égouttez l'ensemble à la passoire.
- 4 Ensuite, disposez les légumes dans un plat à four et répartissez le fromage sur le dessus. Saupoudrez d'oignon et d'ail émincés.
- 5 Préparez une sauce béchamel, versez-la en recouvrant le fromage puis, terminez par la chapelure mélangée aux quatres épices.
- 6 Enfournez en position grill une quinzaine de minutes.

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

