



Cuisine israélienne

Recette du baba ganoush

Par Daniel Renaudie – septembre 2016

Pour réussir le baba ganoush il est recommandé de brûler les aubergines au chalumeau

Ingrédients:

Pour le baba ganoush et la té'hina noire :

- Une aubergine
- 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive
 - Citron
 - Sel
- Coriandre
- Piment
- 2 tomates cerise
- Té'hina

Pour les galettes au sésame :

- 2 blancs d'œuf (environ 65g)
 - 32g de farine
 - 32g de té'hina
 - 65g de sésame noir
 - sel

Facultatif : prévoir du labné pour la dégustation

Préparation:

Pour le baba ganoush

- Prendre une aubergine et la faire cuire au gaz, au barbecue ou au chalumeau
- Mettre l'aubergine dans une passoire et la laisser refroidir jusqu'à ce qu'elle soit tiède
- Après avoir mis des gants, récupérer seulement la chair de l'aubergine cuite (mettre la peau de côté dans un bol)

- La couper en lamelles
- Mettre les lamelles dans un bol
- Rajouter un peu de citron, de l'huile d'olive et saler le tout
- Mélanger manuellement

Pour la téhina noire

- Reprendre le bol de peau d'aubergine
- La mélanger avec la téhina
- Rajouter du citron, de l'eau et du sel
- Mixer le tout en écrasant bien la peau (rajouter de la téhina si le mélange est trop liquide)

Pour les galettes au sésame

- Prendre deux oeufs et récupérer leur blanc, les peser (environ 65g), les mettre dans un récipient
- Ajouter la même quantité de sésame noir (65g)
- Ajouter la moitié de farine et de téhina (32g chaque)
- Rajouter une pincée de sel
- Mélanger le tout
- Prendre deux feuilles de cuisson
- Appliquer de l'huile d'olive sur les feuilles pour éviter que le mélange ne colle
- Mettre la pâte au milieu de la feuille de cuisson
- Mettre l'autre feuille au dessus pour aplatir le mélange
- Aplatir avec un rouleau à tapisserie pour un rendu très fin (une seule couche de sésames)
- Mettre dans le four à 170° et laisser 10/15 minutes

Dressage du baba ganoush

- Sortir les galettes au sésame du four et couper quelques morceaux
- Couper le piment et les tomates en fine lamelles (on enlève les pépins de la tomate)
- Sur l'assiette, mettre les pâtes en dessous (le labneh, la téhina noire)
- Poser l'aubergine
- Rajouter piment, tomate et coriandre
- Rajouter les morceaux de galettes au sésame