

GRATIN D'AUBERGINE, TOMATE & PARMESAN



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- 2 à 3 grosses aubergines = 600g à 900g
- Sauce tomate maison (ou coulis de tomate) 400g à 600g
- 1 à 2 grosses gousses d'ail = 12g à 24g
- Parmesan râpé 100g
- Herbes de Provence 1 à 2 càs
- Sel et poivre
- Herbes aromatiques au choix : basilic, persil

Astuces :

- Remplacer le parmesan par un autre fromage : emmental, mimolette, mozzarella, chèvre...
- Remplacer la moitié des aubergines par des rondelles de courgettes.

Préparation : 15 minutes | Cuisson : 30 minutes
Pour 4 à 6 personnes

1. Préchauffer le four à **180°C**.
2. Éplucher et **émincer** la gousse d'ail.
3. Laver les aubergines, enlever l'extrémité et les couper en **fines rondelles** (au couteau, à la mandoline ou au robot).
4. Dans un **saladier** : mélanger la sauce tomate maison (ou le coulis de tomate), le sel, le poivre, l'ail et les herbes de Provence.
5. Dans un **plat à rebord** allant au four (ici j'ai utilisé un plat rond de **22 cm de diamètre**) : superposer des rondelles d'aubergines sur toute la surface, verser une partie de la sauce et parsemer de parmesan râpé. **Répéter l'opération 2 à 3 fois** en fonction de la taille du plat, de la quantité de sauce et d'aubergines.
6. Enfourner pendant **30 minutes**.
7. À la sortie du four, parsemer d'herbes aromatiques finement ciselées et servir.



@Recettes100faim.fr

Margaux Letort – Diététicienne & Blogueuse Culinaire

www.recettes100faim.fr