



# AUBERGINES GRILLÉES

## Ingrédients

*Pour 2 personnes*

1 aubergine moyenne

1 càc d'ail en poudre

2 pincées de sel de mer

2 pincées de poivre noir

Huile d'olive

## Étapes

- 1.** Trancher l'aubergine pour faire des cercles.
- 2.** Saupoudrer les tranches d'aubergine des deux côtés avec de la poudre d'ail, du sel de mer et du poivre noir.
- 3.** Faites chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle à feu moyen-doux à moyen. Ajoutez les tranches d'aubergine en une seule couche (en plusieurs fois). Faire sauter les aubergines pendant 3 à 6 minutes de chaque côté, jusqu'à ce qu'elles soient tendres, dorées et caramélisées des deux côtés.
- 4.** Répétez avec les tranches restantes, en ajoutant un peu d'huile à chaque tour.