

Aubergines aigres-douces

La cuisine à l'**aigre-doux** est l'association de l'acide et du sucré dans un même plat.



La cuisine asiatique et en particulier la cuisine chinoise utilisent régulièrement ces saveurs si particulières qui font la richesse et l'originalité de nombreux plats.

L'**aubergine** est un légume d'été emblématique de la cuisine méditerranéenne. Elle est peu calorique, riche en fibres et peut se manger farcie, en accompagnement ou comme ingrédient dans

une recette comme la ratatouille. Ce légume se prête parfaitement à ce goût aigre-doux. En voici une recette qui marche à merveille et délicieuse.

Préparation

Temps total : 30 mn

Préparation
20 mn

Cuisson
10 mn

Les étapes

1. Découper l'aubergine en cubes, et les faire revenir dans une poêle avec un peu d'huile d'olive.
2. Préparer la sauce aigre douce, en mélangeant la sauce soja, le miel, la sauce sriracha et un peu d'huile de sésame.
3. Ajouter la sauce aigre douce dans les aubergines pour les faire confire.
4. Servir et déguster !!

Ingrédients

(4 personnes)

- 2 cuillères à café d'**huile de sésame**
- 2 cuillères à soupe de **miel**
- 2 **aubergines**
- 2 cuillères à soupe de **sauce de soja**
- 2 cuillères à soupe de **sauce Srichacha**

Ustensiles

- 1 planche à découper
- 1 poêle
- couteau, cuillère