



## *Papoutsakia ou Melitzanes Papoutsakia*

Facile - Pour 4 pers - Prép : 35 min - Cuisson : 25 min

Farce : 2 grosses aubergines- 1 oignon- 1 gousse d'ail- 200 g de viande hachée- 170 g de pulpe de tomate en conserve- 3 cuil. à soupe de concentré de tomates- Huile d'olive

Béchamel au parmesan : 20 g de beurre- 2 cuil. à soupe de farine ou de maïzena- 25 cl litre de lait- 1 blanc d'œuf- 70 g de parmesan\* râpé- Sel- Poivre- Noix de muscade

## 1) Préparation des coques d'aubergines

Rincez et partager vos aubergines en deux dans le sens de la longueur.

Évider-les à l'aide d'une petite cuillère en laissant un peu moins d'1 cm d'épaisseur de chair dans le fond.

Faire dégorger la chair dans une passoire, en-là salant légèrement.

Saler légèrement aussi les coques d'aubergines et les laisser dégorger peau vers le haut quelques min. Absorber l'humidité avec de l'essuie-tout.

Dans une poêle, faites chauffer 4 cuil. à soupe d'huile d'olive, déposez les 4 coques d'aubergines chair vers le haut.

Faire revenir 3-4 min à feu vif puis retourner les coques d'aubergines, peau vers le haut.

Baisser à feu doux, couvrir et laisser cuire env. 20 min en surveillant bien que les aubergines ne brûlent pas.

## 2) Préparation de la farce

Pendant la cuisson des aubergines, épluchez et couper l'oignon finement ainsi que la gousse d'ail.

Dans une autre poêle, faites revenir les oignons et l'ail dans de l'huile d'olive, à feu moyen jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

Incorporez la chair d'aubergine bien égouttée et la viande hachée.

Faire revenir à feu moyen pendant 5 min, la chair d'aubergine doit commencer à former un purée.

Ajoutez ensuite la pulpe et le concentré de tomates. Assaisonnez et laissez mijoter à feu doux pendant 5 min.

Réservez.

### 3) Préparation de la béchamel au parmesan

Dans le bol de votre robot ou dans un saladier, battre un blanc d'œuf en neige, réservez.

Dans une casserole, faire fondre le beurre.

Hors du feu, ajouter la farine en pluie sans cesser de fouetter jusqu'à complète disparition des grumeaux.

Remettre le roux à cuire quelques minutes à feu moyen sans cesser de mélanger jusqu'à ce que cela commence à épaissir.

Arrêter la cuisson dès que cela commence à jaunir, incorporez le lait tiède en plusieurs fois en remuant à chaque fois pour éviter la formation de grumeaux.

Remettre à épaissir sur feu moyen sans cesser de remuer avec une cuillère en bois jusqu'à l'obtention de la consistance d'une béchamel (dense, ni trop épaisse, ni trop liquide).

Ajoutez le blanc en neige, le parmesan râpé, de la muscade. Assaisonnez et mélanger jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène.

Déposez les coques d'aubergines dans un plat allant au four et les remplir de farce.

À l'aide d'une poche à douille à embout cannelé ou d'une cuillère, recouvrir l'aubergine farcie de béchamel au parmesan.

Enfournez pour 25 min de cuisson dans un four préchauffé à 180°C.  
La béchamel doit être bien dorée.

Servir immédiatement accompagné de salade.