



Hot dogs végétariens à l'aubergine et à l'ail frit

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 15 minutes

Recette pour 2 personnes

Ingrédients

- 2 grosses aubergines
- 2 c. à s. de marinade sèche
- 4 c. à s. d'huile de coco extra vierge fondue (Amanprana)
- 4 pains rustiques pour hotdogs
- 4 c. à s. de ketchup ou autre sauce au choix
- 6 c. à s. de Kimchi (Met traditionnel coréen composé de piments et de légumes lacto-fermentés)

Pour la marinade sèche

- 3 c. à s. de fleur de sel Khoisan (Amanprana)
- 3 c. à s. de sucre de fleur de coco (Amanprana)
- 1 c. à s. de poudre de paprika fumée
- 2 c. à s. de poudre de paprika
- 3 c. à c. de poudre de curry
- 3 c. à c d'ail frit (Amanprana)

1. Mélanger tous les ingrédients de la marinade sèche (vous pouvez la préparer à l'avance et la conserver dans un pot hermétiquement fermé).
2. Couper les aubergines dans le sens de la longueur.

3. Saupoudrer la marinade sèche sur les lamelles et verser dessus l'huile de coco liquide.
4. Masser les lamelles d'aubergines avec la marinade et l'huile.
5. Laisser macérer un petit moment, une demi-heure minimum ou toute la nuit, pour que le mélange d'épices (la marinade) soit bien imprégné dans les légumes.
6. Faire griller les aubergines de préférence sur un BBQ au charbon de bois fumant doucement, à la plancha ou dans une poêle, jusqu'à ce que les légumes soient bien cuits et légèrement caramélisés.
7. Découper les pains à hotdogs et les faire légèrement griller, la face interne vers le bas.
8. Étaler le ketchup ou une sauce au choix sur les pains.
9. Mettre une ou deux lamelles d'aubergine dessus et terminer avec quelques cuillères de kimchi.