

Recette du Moutabal Libanais

Ingrédients

- 2 grosses aubergines fraîches
- 2 cuillères à soupe de tahini (crème de sésame)
- 1 gousse d'ail écrasée
- Jus d'un demi-citron jaune
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge
- Sel fin selon votre goût
- Graines de grenade ou persil plat frais pour la décoration

Matériel nécessaire

- Four ou barbecue
- Bol de préparation
- Fourchette ou mixeur (selon la texture souhaitée)
- Presse-ail

Étapes de préparation

- Préchauffez votre four à 200°C ou préparez un barbecue pour obtenir un goût fumé.
- Piquez les aubergines avec une fourchette et faites-les griller jusqu'à ce que la peau soit bien noire et la chair très tendre à l'intérieur.
- Laissez refroidir les aubergines, puis épluchez-les délicatement pour ne garder que la chair.
- Écrasez la chair à l'aide d'une fourchette pour une texture rustique, ou utilisez un mixeur pour une texture plus lisse.
- Ajoutez le tahini, l'ail pressé, le jus de citron et le sel. Mélangez vigoureusement jusqu'à obtenir une préparation homogène.
- Goûtez et rectifiez l'assaisonnement en sel ou en citron si nécessaire.
- Dressez dans une assiette creuse, formez un puits au centre et versez un filet généreux d'huile d'olive.
- Décorez avec quelques graines de grenade ou du persil ciselé avant de servir.

Conseils de dégustation

- Servez idéalement avec du pain pita chaud ou grillé.

- Le moutabal est encore meilleur s'il est placé au réfrigérateur pendant 30 minutes avant d'être servi.
- Vous pouvez ajouter une pincée de paprika ou de sumac sur le dessus pour une touche colorée et acidulée.