

Poêlée d'aubergines, chorizo et Noix de pétoncle au thym

 cuisinedegut.net

INGRÉDIENTS

Pour 2 personnes

1 aubergine

150 gr de Noix de pétoncle

100 gr de chiffonnade de chorizo (fort pour moi)

1 oignon

Huile d'olive

Branches de thym frais

Fleur de sel – Poivre au moulin

PRÉPARATION

- Laver l'aubergine et l'essuyer.
- La couper en morceaux pas trop gros. Les placer dans un saladier et les faire précuire **6 minutes** au micro ondes.
- Pendant ce temps, éplucher l'oignon et le ciseler en fines lamelles.
- Couper le chorizo en morceaux.
- Verser un filet d'huile dans une poêle, puis lorsqu'elle est bien chaude faire revenir les oignons.
- Ajouter le chorizo, poursuivre la cuisson **5 minutes** tout en remuant
- Ajouter les noix de pétoncle, laisser cuire **2/3 minutes à feu vif**, puis baisser le feu et poursuivre la cuisson pendant **2 minutes..**
- Débarrasser ensuite dans une assiette.
- Dans la même poêle, sans la laver, verser à nouveau un mince filet d'huile et ajouter les aubergines pré-cuites.
- Remuer et les laisser cuire une **dizaine de minutes**, puis ajouter le contenu de l'assiette mise de côté.
- Saler, poivrer et ajouter du thym émiété.
- Laisser cuire encore **5 minutes** puis verser le tout dans un plat.
- Décorer de branches de thym
- Déguster aussitôt

CONSEILS ET ASTUCES

1- Je fais pré-cuire mes aubergines au micro-ondes car de cette façon elles absorbent après beaucoup moins d'huile. C'est plus sain. Du coup, c'est également cuit plus rapidement.

2- Ne pas faire cuire les noix de pétoncles trop longtemps si vous voulez vous régaler au maximum !
