

# Aubergine & Courgette à la Sauce Tomate

Recette Visuelle  
par DAREBEE  
© darebee.fr



3 aubergines  
3 courgettes  
1 oignon  
1 tasse ~ 200ml de sauce tomate  
1 c.à.s de mélasse

AMÉLIORER : Ajouter ½ c.à.c de la cannelle,  
du basilic frais et des graines de sésame.

2 PORTIONS

## INSTRUCTIONS

1. Couper les aubergines, les courgettes et l'oignon en dés. Les disposer sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Assaisonner à sa convenance.

2. Mélanger la mélasse, la cannelle et la sauce tomate. Ajouter aux légumes et bien mélanger. Préchauffer le four à 200°C (th. 6-7). Rôtir les légumes au four pendant 20 minutes ou jusqu'à ce qu'ils commencent à dorer.

3. Transférer dans une assiette.

4. Garnir de basilic frais et de graines de sésame. Ce plat se marie aussi bien avec un fromage végétal frais.

1



2



3



4

