

# Recettes

## Aubergines à la vapeur et pois mange-tout

---



### Ingrédients (pour 4 personnes)

---

- 8 aubergines japonaises de taille moyenne
- 12 pois mange-tout
- 400 ml. (ou 1 et 5/8 de tasse) de sauce de soja
- 8 cuillères à soupe de sucre
- 1 cuillère à soupe de sel
- 4 feuilles de *shiso* vert (perilla) ou de basilic
- (45 g. de gingembre frais)

### Préparation

---

1. Couper les aubergines en deux (ou en quatre si elles sont grosses) dans le sens de la longueur. Faire des entailles de 5 mm. sur la peau (voir la photo).
2. Couper les pois mange-tout en diagonale.
3. Faire cuire les aubergines et les pois mange-tout coupés dans un cuit-vapeur pendant environ 10 minutes.
4. Pendant la cuisson, bien mélanger le sel, le sucre et la sauce de soja dans un bol.
5. Couper les feuilles de *shiso* (ou de basilic) en lanières d'environ 2 mm. de largeur.
6. Disposer les aubergines et les pois mange-tout dans un plat de service et arroser avec la sauce (de l'étape 4). Garnir avec le *shiso* découpé en fines lamelles.
7. On peut agrémenter de gingembre râpé