Riz De Boulgour Aux Aubergines

Patlıcanlı Bulgur Pilavı



2 tasses de boulgour grossier
2 aubergines moyennes
1 gros oignon
1 tasse à thé d'huile d'olive
1 tasse de tomates hachées finement
3 tasses d'eau
1 cuillère à café de menthe séchée
1 cuillère à café de sel

Épluchez toutes les aubergines, coupez à la taille d'une noisette. Laissez attendre dans l'eau salée pendant ½ heure. Puis sortez dans un filtre.
Mettez de l'huile d'olive dans une casserole, quand elle chauffe, rajoutez un oignon coupé en petit morceau et du sel. Laissez cuire.
Rajoutez les morceaux de tomates et les aubergines. Mélangez puis rajoutez 3 tasses d'eau chaude. Fermez la casserole puis laissez cuire à moyenne température pendant 7-10 minutes.
Rajoutez le riz lavé et filtré et de la menthe séchée puis mélangez. Laissez cuire la casserole fermé à basse température pendant 15 minutes.
Laissez reposer le riz pendant 15-20 minutes. Servez tiède.

N-B: Vous pouvez préparer ce riz en grillant les aubergines. Si vous préparez de cette façon, vous devrez diminuer la quantité d'huile.