

PAIN DE THON à L'AUBERGINE



15



50 mn



°C 160



sans



8 parts

L'appareil :

- 2 œufs
- 2 petits suisses
- 3 cuillères à soupe de maïzena
- 6 à 8 càs de lait (pour la maïzena)
- 1 grande boîte de thon
- 1 aubergine
- ½ citron pressé
- 2 càs d'huile d'olive
- 1 oignon moyen
- Sel, poivre, curry et 1càc d'ail en poudre
- 50 g de gryère râpé



- 1** laver vos mains, préchauffer le four à 160°C , beurrer et fariner un moule à cake rectangulaire (ou prendre 1 feuille de papier anti-adhésive) puis préparer tous les ingrédients.
- 2** Diluez la maïzena dans le lait, y ajouter les œufs, les petits suisses, les épices, l'ail, le thon, la moitié du gryère et le jus de citron : mélangez et réservez.
- 3** Lavez l'aubergine et l'oignon, épluchez l'oignon, puis mixer ces 2 légumes.
- 4** Incorporez le mélange haché au reste de l'appareil : mélangez (goûtez pour assaisonner à votre goût)
- 5** Faire cuire à four chaud 160° pendant 50 minutes puis dégustez chaud, tiède ou froid avec des féculents et/ou des légumes cuits et/ou une bonne salade verte tout simplement.

Remarques :

- ❖ *Vous pouvez remplacer le thon par un autre poisson cuit à l'eau et écrasé à la fourchette – prévoir 400g de poisson cuit.*
- ❖ *N'hésitez pas à varier les épices et le légume*