



# Escalivade au four

Une recette de Lucullent! Testé (et mangé) pour vous...

---

L'escalivade est un plat de la cuisine de la Catalogne historique, un territoire qui englobe la Catalogne espagnole actuelle et les Pyrénées occidentales françaises.

Composée de légumes grillés marinés à l'huile d'olive, elle se consomme en tapas, sur des tranches de pain légèrement grillées et aillées, en salade avec un peu de vinaigre, ou encore en accompagnement de grillade de viande ou de poisson.

Traditionnellement, les légumes sont grillés au feu de bois ou dans des cendres. Dans la recette qui suit, ils sont cuits au four, un mode de cuisson plus accessible qui sublimerait tout autant leur goût.

Quantité: 4 personnes - Difficulté: Facile - Préparation: 30 min - Cuisson: 1 h 30 - Durée: 3 h

## Ingrédients

- 4 poivrons rouges
- 2 aubergines
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- huile d'olive
- poivre (ou piment)
- sel

## Préparation

1. Préchauffer le four à 180°.
2. Rincer les aubergines et les poivrons, puis les essuyer.
3. Les masser, ainsi que les oignons non épluchés, avec de l'huile d'olive.
4. Les disposer dans un plat à four.
5. Enfourner et laisser cuire 1 heure 30, ou jusqu'à ce que les légumes soient bien grillés. Les retourner à mi-cuisson.
6. Éteindre le four, entrouvrir sa porte et laisser refroidir.
7. Transvaser les légumes tièdes dans une passoire bien propre.
8. Placer la passoire sur le plat de cuisson.
9. Éplucher les légumes à la main, en ôtant les pépins sous l'eau pour les poivrons. Pour cela, couper les aubergines en 2 et les poivrons en 4 dans le sens de la longueur.
10. Les remettre dans la passoire.
11. Pendant qu'ils s'égouttent, préparer l'assaisonnement : dans un bol, mélanger l'ail épluché et haché avec 2 cuillères à soupe d'huile.
12. Déchirer à la main les poivrons et les aubergines en lamelles. Les placer côte à côte, sans les

mélanger, dans un plat rectangulaire.

13. Couper les oignons en 2 puis en quartiers fins et les placer, eux aussi, dans le plat, à côté des autres légumes.
14. Dans le plat de cuisson, mélanger les sucs de cuisson et le jus qui s'est écoulé des légumes.
15. Ajouter 4 cuillères à soupe de ce liquide à l'assaisonnement. Saler, poivrer et mélanger.
16. Verser sur les légumes.
17. Laisser mariner au frais pendant 24 heures, et au moins une heure si ce n'est pas possible.

## **Remarques ou suggestions**

- Choisir de préférence de gros légumes.