

Μπαμπαγκανούς



Λαχαριστή σκορδαλιά για την 25 Μαρτίου και όχι μόνο. Δοκίμασέ την!

Υλικά:

- 4 μελιτζάνες
- 4 κουταλιές ταχίνι Βέροιας ΚΑΝΔΥΛΑΣ
- 1 λεμόνι
- ½ κουταλάκι αλάτι Ιμαλαΐων SALTIC
- ? κουταλάκι λευκό πιπέρι ΜΠΑΧΑΡ
- 1 σκελίδα σκόρδο
- 2 κουταλιές ελαιόλαδο
- ι? κουταλάκι κύμινο

Εκτέλεση:

Τρυπάς με ένα πηρούνι τις μελιτζάνες και τις ψήνεις στο φούρνο περίπου για 30 λεπτά. Σε ένα μπολ βγάζεις την σάρκα τους. Τη βάζεις στο μούλτι. Προσθέτεις ταχίνι, κύμινο, λευκό πιπέρι, αλάτι, ελαιόλαδο, λεμόνι και σκόρδο και χτυπάς. Σε τортίγια απλώνεις μπαμπαγκανούς, βάζεις μαρούλι, κρεμμύδι, ντομάτα και κλείνεις.

Δες και την εκτέλεση στο βίντεο από την εκπομπή Harry Cook



bletsas.gr
Ευτύχης Μηλέτσας

INFO:

- Κυριολεκτικά σημαίνει “χαιδεμένος μπαμπακας”

- Ο μυθος λεει πως επινοηθηκε απο ενα μελος ενος χαρεμιου και αναφερεται στον σουλτανο στον οποιο αφιερωθηκε.
- Πιθανη χωρα προελεσης του ειναι ο Λιβανος αλλα απανταται σε ολο τη Μεση Ανατολη
- Συνηθως σερβιρετε με ελαιολαδο και φρεσκο ροδι η πετιμεζι ροδιου!
- Η μελιτζανα πηρε το αγγλικο της ονομα (eggplant) απο την υπολευκη ποικιλια τους που θυμιζε αυγα χηνας
- Η μοναδικη ελληνικη ποικιλια με Προστατευομενης Ονομασιας Προελευσης ειναι η ?τσακωνικη? μελιτζανα Λεωνιδιου
- Στην Κινα και την Ιαπωνια οι κυριες της αριστοκρατικης ταξης συνηθιζαν να σκουραινουν το χρωμα των δοντιων τους χρησιμοποιωντας ζωμο απο τις φλοιδες της μελιτζανας.
- Η μελιτζανα εχει το υψηλοτερο ποσοστο περιεκτικότητας νικοτινης αναμεσα στα φρουτα και λαχανικα (9 κιλα μελιτζανας περιεχουν οση νικοτινη εχει... 1 τσιγαρο)