

Paté de Berenjena

*Este es un platillo tradicional de la cocina siria y palestina, llamado "Baba Ganoush o Mutabal", y que significa "coqueto y vicioso" pues está realmente bueno y te vicia, aportando muy pocas calorías e ideal para acompañar pescados blancos y verduras. Es muy fácil de hacer y aguanta varios días en la nevera en recipiente hermético. Sino pones sal, ayuda a **reducir la tensión y eliminar líquidos**.*

INGREDIENTES:

1 Berenjena
½ limón (zumo)
½ diente de ajo
1 Cucharada de aceite
Semillas de sésamo (para decorar)

1
Ración



ELABORACIÓN:

1. Asar la berenjena en el horno hasta que esté tierna o sobre el fogón hasta que la piel se haga toda negra y la podamos retirar con facilidad.
2. Quitar la piel de la berenjena y triturar junto el aceite, zumo de medio limón y medio diente de ajo (puedes añadir más si te gusta más fuerte o ácido).
3. Decorar con unas semillas de sésamo y servir con verduras con otros patés vegetales como picoteo para una cena o comida informal o como guarnición de pescados blancos.