BERENJENAS A LA PLANCHA

Ingredientes de las Berenjenas a la Planca:

- *1 pieza de berenjena grande en rodajas.*
- *Sal de mar al gusto.*
- *Pimienta negra al gusto*
- *1 Cucharada de hojitas de romero picadas.*
- *3 Hojas de laurel.*
- *El jugo de ½ limón*
- *Para el aderezo de yogurt*
- *1 Cucharada de ajonjolí tostado.*
- *2 Cucharadas de yogurt natural*
- *1 Cucharada de jugo de limón amarillo.*
- *1 Cucharada de miel.*
- *1 Diente de ajo.*
- *1 ó 2 cucharaditas de agua caliente*

Prepararación : *en un plato vierte un poco de aceite, ponle sal y pimienta y reposa las berenjenas.*
Luego, pica las hojitas de romero y espolvoréalo encima de las rodajas.
En una sartén o parrilla coloca las berenjenas y las hojas de laurel. Sella por ambos lados aproximadamente 3 minutos por lado.

Bien, mientras se sellan nuestras berenjenas, podemos ir tostando el ajonjolí en una cazuela. Importantísimo, tienes que mover el ajonjolí constantemente para evitar que se queme. Como vez es algo sencillo y rápido. Ya que este sácalo y déjalo reposar. Seguimos con el aderezo de yogur.

comenzamos con el ajo, hay que picarlo como lo está haciendo Lalito. ¡Qué tal heeee!.... estamos llegando a la última parada, es decir al final del proceso, en un tazón mezcla todos los ingredientes del aderezo, el ajo, jugo de limón, yogurt, miel, ajonjolí y el agua, revuelve hasta que todos los ingredientes estén bien integrados al yogurt…. prueba y verifica.
Yyyyyy sigue el momento de hacerle honor a las berenjenas, en un plato pon las rebanadas de berenjena y báñalas con nuestro aderezo.