

**Μελιτζανοσαλάτα με Ταχίνι | Aubergine Dip with Tahini***Μπαμπαγκανούς- Baba Ghanoush*

Η μελιτζανοσαλάτα έχει θέση σε κάθε Ελληνικό τραπέζι και την θεωρούμε ως ένα καθαρά Ελληνικό ορεκτικό. «οι γουμένισσες» σε αυτή τη συνταγή δίνουν βάθος και έξτρα νοστιμιά στην βασική μελιτζανοσαλάτα προσθέτοντας ταχίνι, το βασικό συστατικό της διεθνώς αγαπητής συνταγής baba ghanoush, που κυριαρχεί σε όλη τη Μέση Ανατολή και έχει ταξιδέψει με επιτυχία σε Ευρώπη και Αμερική.

Baba Ghanoush

Eggplant dips have a place in every Greek table and it's consider it an authentic Greek appetizer. «goumenissess» give depth and extra flavor in this classic eggplant recipe by adding Tahini, the main ingredient of the internationally beloved Baba Ghanoush recipe, which dominates the entire Middle East and has successfully traveled to Europe and America.

Ενέργεια | Energy: 693 kJ | 167 kcal**Λιπαρά | Fat:** 12,8 g**εκ των οποίων Κορεσμένα | of which** 1,8 g**Saturates:****Μονοακόρεστα | Monounsaturated:****Πολυακόρεστα | Polyunsaturated:****Υδατάνθρακες | Carbohydrates:** 8,4 g**εκ των οποίων Σάκχαρα | of which Sugars:** 6,0 g**Εδώδιμες Ίνες | Fiber:** 1,9 g**Πρωτεΐνες | Protein:** 3,6 g**Αλάτι | Salt:** 1,9 g**Συστατικά:**

Μελιτζάνα (55%), νερό, λευκό ταχίνι (αποφλοιωμένο σουσάμι), χυμός λεμονιού, κατεψυγμένο κρεμμύδι σε φέτες, έξτρα παρθένο ελαιόλαδο, αμύγδαλο φιλέ, ξύδι, ζάχαρη, αλάτι, πολτός σκόρδου (σκόρδο, ηλιέλαιο, ρίγανη, αλάτι, ρυθμιστές οξύτητας: γαλακτικό οξύ, κιτρικό οξύ), άρτυμα καπνιστών τροφίμων.

Ingredients:

Eggplant (55%), water, white tahini (peeled sesame seeds), lemon juice, frozen diced onion, extra virgin olive oil, sliced almonds, vinegar, sugar, salt, garlic paste (garlic, sunflower oil, oregano, salt, acidity regulators: lactic acid, citric acid), smoke flavouring.

Extras: Αλλεργιογόνα: Ταχίνι, Σουσάμι, Αμύγδαλα •
Allergens: Tahini, Sesame Seeds, Almonds