



# Moussaka



## Rezeptinfo

### Zutaten für 6 Portionen

Zubereitungszeit: 40 Min. + 45 Min. Backzeit

pro Portion: 3540 kJ, 846 kcal, 33,3 g Kohlenhydrate, 35 g Eiweiß, 66 g Fett, 109 mg Cholesterin, 4,3 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €

## Zubereitung

Heute kommt ein griechischer Ofenklassiker auf den Tisch: Moussaka! Geschichtete ausgebackene Auberginen und Kartoffelscheiben treffen auf eine würzige Hackfleischsoße mit Zwiebeln, Knoblauch und Tomaten. On Top kommt noch eine herrlich cremige Béchamelsoße aus zerlassener Butter, Mehl und Milch. Das Ganze wird dann in einer Auflaufform mit herzhaftem Pecorino Käse überbacken. Lecker! Das schmeckt nach Urlaub!

### Step 1:

Die Kartoffeln schälen und in schmale Scheiben schneiden. Die Auberginen waschen, trocken und ebenfalls in schmale Scheiben schneiden. In einer tiefen Pfanne 500 ml Öl erhitzen und die Kartoffelscheiben ausbacken. Auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen. Mit den Auberginenscheiben genauso verfahren.

### Step 2:

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und fein hacken, um sie anschließend in etwas Olivenöl anzuschwitzen. Gib das Hackfleisch und das Tomatenmark dazu und brate beides knusprig an. Lösche das Fleisch mit dem Traubensaft und Balsamico ab. Anschließend die gehackten Tomaten aufgießen, die Zimtstange, das Lorbeerblatt und Oregano dazugeben und für 25 Minuten einköcheln lassen. Mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen. Lorbeerblatt und Zimtstange entfernen. Den Backofen auf 180 °C Ober-/ Unterhitze vorheizen.

### Step 3:

Für die Béchamel-Soße die Butter in einem Topf zerlassen und unter Rühren das Mehl dazugeben. Gieße die Milch auf und rühre weiter, bis sich Mehl und Milch verbinden. Mit geriebener Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen.

### Step 4:

Lege den Boden der Auflaufform mit den gebackenen Kartoffelscheiben aus. Darauf folgt die Hälfte der gebackenen Auberginenscheiben. Nun die gesamte Hackfleischmasse darauf verteilen. Diese toppst du mit den restlichen Auberginenscheiben und gießt darüber die Béchamel-Soße. Reibe den Pecorino gleichmäßig darüber und backe die Moussaka für 40 bis 45 Minuten. Sollte die Moussaka zu dunkel werden, decke sie mit etwas Alufolie ab. Nach der Backzeit die Moussaka für 20 Minuten stehen lassen, damit du schnittfeste Stücke herausheben kannst.

## Zutaten

### Für die Gemüseschichten:

300 g	festkochende Kartoffeln
2	gr. Auberginen
500 ml	Olivenöl

### Für die Hackfüllung:

1	Zwiebel
2	Knoblauchzehen
1 EL	Olivenöl
500 g	Rinderhack
2 EL	Tomatenmark
100 ml	Traubensaft
2 EL	Balsamico
2 Dosen	gehackte Tomaten
1	Zimtstange
1	Lorbeerblatt
2 TL	Oregano
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

### Für die Béchamel-Soße:

50 g	Butter
4 EL	Mehl
500 ml	Milch
1 TL	Muskatnuss, gemahlen
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
100 g	Pecorino am Stück