

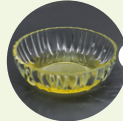
Moussaka



Zutaten für 4 Portionen



- ☐ 600 g Kartoffeln, festkochend
- ☐ 1 große Aubergine



- ☐ 3 ½ EL Olivenöl



- ☐ Jodsalz mit Fluorid
- ☐ Pfeffer



- ☐ 1 Zwiebel
- ☐ 1 Knoblauchzehe



- ☐ 300 g Rinderhack



- ☐ 6 Tomaten
- ☐ 1 EL Tomatenmark



- ☐ 1 Bund Petersilie
- ☐ 1 Prise Zimt
- ☐ ½ TL getr. Oregano



- ☐ 100 g Pecorino o. Ä.
- ☐ 25 g Butter



- ☐ 25 g Weizenmehl
(Type 405)



- ☐ 300 ml Milch
(1,5 % Fett)



- ☐ 1 Ei



Küchenwerkzeuge Zeit 90 min (inkl. Backzeit)

- | | |
|---------------------------------------|--|
| ☐ Küchenmesser | ☐ Küchenpapier |
| ☐ Schneidebretter | ☐ Auflaufform (ca. 20x30 cm) |
| ☐ 2 Kochtöpfe | ☐ Pfannenwender |
| ☐ Pfanne | ☐ Schneebesen |

* Variation

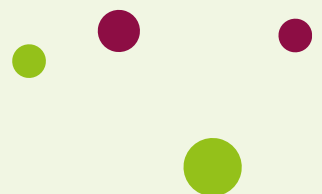
Statt einer Prise Zimt kann auch eine Prise Muskatnuss verwendet werden.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



www.in-form.de
www.diekuechenpartie.de



Zubereitung 4 Portionen

- 1 Kartoffeln waschen und in kochendem Wasser 20 Minuten garen. Aubergine waschen, trocken tupfen, in 1 cm dicke Scheiben schneiden, auf Küchenpapier legen, leicht salzen und 15 Minuten ziehen lassen.
- 2 Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Tomaten waschen, Strunk entfernen und würfeln. Petersilie waschen und klein hacken.
- 3 Auberginenscheiben mit Küchenpapier abtupfen. 2 EL Öl in Pfanne erhitzen, Auberginen goldbraun braten, mit Pfeffer würzen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 4 Kartoffeln abgießen, abschrecken, pellen und in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.
- 5 1 EL Öl in Pfanne erhitzen, Hack anbraten und Zwiebeln und Knoblauch mit andünsten. Tomatenmark hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenwürfel und Petersilie einrühren, alles aufkochen und 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zimt und Oregano abschmecken.
- 6 Für die Soße die Butter in Topf schmelzen, Mehl darin anschwitzen und unter ständigem rühren Milch beimengen und 5 min. köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kurz abkühlen lassen. Dann verquirltes Ei unterrühren.
- 7 Auflaufform mit etwas Öl ausreiben. Ofen auf Ober- und Unterhitze 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen.
- 8 Kartoffeln gleichmäßig in die Form schichten, Auberginen darauf anordnen und mit dem Hackfleisch-Tomaten-Mix bedecken.
- 9 Soße darüber gießen und Käse mit einer Reibe direkt darüber reiben. Etwa 40 Minuten goldbraun backen.

Moussaka



Tipps + Tricks

- Die Auberginenscheiben müssen vorher gesalzen und abgetupft werden, damit sie Wasser verlieren, um den Auflauf später nicht zu überwässern.

zusammen**lecker**kochen

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages