

Moussaka – Griechischer Auberginenauflauf



Die Auberginen waschen und der Länge nach in etwa 5 bis 7 mm dicke Scheiben schneiden. Das Gemüse auf beiden Seiten salzen und 20 Minuten (auf einem Küchentuch ausgebreitet) ziehen lassen. Dadurch werden dem Gemüse die Bitterstoffe entzogen. Dann die Auberginen mit kaltem Wasser abbrausen, ausdrücken und trockentupfen.

Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben (2 bis 3 mm) hobeln oder schneiden.

Nun die, auf beiden Seiten mit Olivenöl bestrichenen, Auberginenscheiben auf das Backblech legen und bei 180 Grad in den Backofen schieben. Jedes Blech sollte insgesamt 20 Minuten im Ofen bleiben. Während der Backzeit das Gemüse wenden, sparsam mit weiterem Olivenöl beträufeln und leicht nachsalzen. Die Prozedur so lange wiederholen bis alle Auberginenscheiben fertig gegart sind.

Die Kartoffelscheiben mit Olivenöl einpinseln leicht salzen und ebenfalls auf einem Backblech auslegen und ca 15 Minuten garen.

Für die Hackfleischsauce die Zwiebel fein schneiden und den Knoblauch hacken. Olivenöl in einem Topf heiß werden lassen und die Zwiebeln mit dem Hackfleisch anbraten. Die Tomaten in kleine Würfel schneiden (oder die Dosen nehmen) und untermischen.

Den Knoblauch zusammen mit der Minze, Oregano, Paprikapulver, Pfeffer, Piment, Kreuzkümmel, Korinandersamen, Zimt und Lorbeer samt Tomatenmark dazugeben. Das ganze gut verrühren und bei schwacher Hitze ca. 45 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ist die Hackfleischsauce fertig, wird diese mit den Semmelbröseln und einem verquirlten Ei gebunden. Zum Schluss nach die Petersilie unterrühren.

Für die Béchamel die Butter in einem Topf erhitzen und das Mehl mit einem Schneebesen einrühren.

Den Topf vom Herd nehmen und die Milch in kleinen Etappen unter ständigem Rühren dazugeben damit sich keine Klümpchen bilden.

Die Sauce wieder auf den Herd stellen und bei schwacher Hitze ein wenig weiterköcheln lassen. Dann den Feta hineinkrümeln und in der Sauce schmelzen lassen.

Wenn die Béchamel so dick geworden ist, dass sie kaum noch fließt, den Topf vom Herd nehmen und die zwei Eier hineinschlagen. Mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuß würzen. Die Sauce muss auf dem Auflauf stehen und darf die Moussaka nicht überschwemmen.

Eine große Auflaufform (etwa 40 x 30 cm) mit Butter oder Olivenöl auspinseln, eine Lage Auberginen auf dem Boden verteilen und ganz leicht salzen. Der Boden muss ganz bedeckt sein. Darüber die fertige Hackfleischsauce gießen und gleichmäßig verteilen.

Dann die Kartoffelscheiben auf der Hackfleischsauce auslegen und ebenfalls leicht salzen.

Nun die restlichen Auberginenscheiben auf die Kartoffeln schichten und nochmal ganz leicht salzen. Darauf die fertige Béchamel Sauce geben und verteilen.

Das Ganze im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Ober/Unterhitze ca 45 bis 60 Minuten backen.

Vor dem Anschneiden die Mousakka 10 Minuten abkühlen lassen, damit sie sich besser in Stücke schneiden lässt.

5 bis 6 nicht zu kleine Auberginen (mind. 1 Kg)

5 große Kartoffeln

150 ml Olivenöl

Hackfleischsauce:

1 große Zwiebel oder Metzgerzwiebel

3 große Knoblauchzehen

800 Gramm Hackfleisch (Rind oder Lamm)

3 große Fleischtomaten (alternativ eine Dose gehackte Tomaten a 400g)

3 bis 4 EL Olivenöl

3 EL Tomatenmark (3fach)

4 EL Semmelbrösel

1/2 Bund glatte Petersilie (gehackt)

1 EL gehackte Minze

2 TL Oregano

2 TL frisch gehackte Rosmarinnadeln

1 TL Paprikapulver (edelsüß)

1 TL Salz

1 TL frisch gemahlener Pfeffer

1/2 TL frisch gemahlener Piment

1 TL frisch gemahlener Kreuzkümmel (Cumin)

1/2 TL frisch gemahlene Koriandersamen

1 TL Zimt

1 Ei

2 Lobeerblätter

Bechamelsauce:

3 EL Butter oder Olivenöl

1 Liter fettarme Milch

3 bis 4 EL Mehl

2 Eier

Meersalz, Pfeffer, Muskatnuss

150 Gramm Feta