



Moussaka

⌚ Vor- und zubereiten: ca. 45 Min.

📅 Gratinieren: ca. 40 Min.

Portion (1/4): 637 kcal, F 41 g, Kh 26 g, E 37 g

Zutaten

für 4 Personen

2 - 3 Auberginen (ca. 600 g)

0.5 TL Salz

400 g Kartoffeln

wenig Olivenöl zum Bestreichen

400 g Hackfleisch (Lamm) oder gemischtes Hackfleisch

Olivenöl zum Anbraten

1 Zwiebel, fein gehackt

2 - 4 Knoblauchzehen, gepresst

0.5 TL Zimt

1 EL Tomatenpüree

3 Fleischtomaten (ca. 600 g), geschält, entkernt, gewürfelt

0.5 Bund glattblättrige Petersilie, fein gehackt

1 TL Thymianblättchen, fein gehackt

1 TL Oreganoblättchen, fein gehackt

Salz, nach Bedarf

Pfeffer aus der Mühle

200 g Feta, zerbröckelt

2 Eier

180 g Crème fraîche

Thymianblättchen für die Garnitur

Oreganoblättchen für die Garnitur

Und so wirds gemacht:

1. Auberginen längs in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Nebeneinander auf Haushaltspapier legen und beidseitig mit dem Salz bestreuen. Mit Haushaltspapier bedecken und mit einem Schneidebrett ca. 30 Min. beschweren. Kartoffeln schälen, in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Auberginen und Kartoffeln auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen, mit Öl bestreichen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen ca. 15 Min. vorbacken.
2. Fleisch portionenweise im heissen Öl anbraten. Alles Fleisch in die Pfanne zurückgeben, Hitze reduzieren, Zwiebeln und Knoblauch begeben und kurz mitbraten. Restliche Zutaten bis und mit Oregano begeben, ca. 10 Min. offen köcheln, bis fast alle Flüssigkeit eingekocht ist, würzen.
3. Feta-Sauce: Alle Zutaten pürieren.
4. Einschichten: Auberginen, Kartoffeln, Fleisch- und Feta-Sauce lagenweise in die Form geben. Mit Feta-Sauce abschliessen.
5. Gratinieren: Ca. 40 Min. in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens. Vor dem Servieren 5 Min. stehen lassen, garnieren.

Form: Für eine ofenfeste Form von ca. 2 Litern, gefettet