

Vegetarische Rezepte

Moussaka

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Aubergine, Gratin, Griechenland, Tomate, Vegetarisch

2 Auberginen (ca. 750 g),

2 Essl. Öl

Tomatensauce

1 Teel. Öl

2 große Zwiebeln

3 Knoblauchzehen

4 große Tomaten

1/2 Teel. Salz

1/2 Teel. Pfeffer

2 Essl.

evtl. wenig Cayennepfeffer

gehackte Kräuter

(z. B. Thymian, Rosmarin,

-Petersilie)

Kartoffeln

300 g

Käsesauce

1,50 Essl. Butter oder Margarine

3 Essl. Weizenvollmehl

300 ml Milch

1/2 Teel. Salz

Pfeffer

1/2 Muskat

B. saure Sahne (75 g)

75 g Käse, (z. B. Sbrinz)

100 g Schafkäse (Feta)

Auberginen längs in 1 cm dicke Scheiben schneiden, auf ein Backblech legen, oben mit etwas Öl bepinseln. Im Backofen garen.

Schaltung: 170-190°, mittl. Schiebeleiste 160-180°, Umluftbackofen ca. 20 Minuten

Tomatensauce: Öl in einem Topf warm werden lassen, klein geschnittene Zwiebeln und durchgepresste Knoblauchzehen auf 2 oder Automatik-Kochplatte 4-5 andünsten. Tomaten überbrühen, abziehen, in Würfel schneiden, zu den Zwiebeln geben und 20-30 Minuten auf 1 oder Automatik-Kochplatte 4-5 dünsten, würzen, Kräuter zugeben.

Käsesauce: Fett in einem Topf zerlaufen lassen, Mehl auf 2 oder Automatik-Kochplatte 4-5 andünsten, Milch zugeben, mit dem Schneebesen gut verrühren und aufkochen, 2-3 Minuten kochen lassen.

Abschmecken, saure Sahne und die Hälfte vom geriebenen Käse zugeben.

Geschälte Kartoffeln in dünne Scheibchen schneiden.

Einschichten: 1/3 der Auberginen in eine gerettete Gratinform legen, 1/3 der Käsesauce darauf verteilen, die Hälfte der Kartoffelscheibchen darüber geben, mit der Hälfte der Tomatensauce überziehen, die Hälfte des Fetas dazugeben. Dann wieder von vorne beginnen. Mit Auberginen und Käsesauce abschließen, den restlichen Käse darüber streuen. Im Backofen gratinieren.

Schaltung: 170-190°, untere Schiebeleiste 160-180°, Umluftbackofen 45-50 Minuten