

# Gemüseauflauf

## Μουσακάς (*Moussakás*)

*Moussakás* ist ein Gemüseauflauf, der von Auberginen dominiert wird und eigentlich mit Lammhack zubereitet wird.

Da meine Mutter Lammgehacktes nicht so leicht bekam, nahm sie Rindergehacktes und es schmeckte (fast) genau so gut.

Darüberhinaus gibt es in Griechenland diverse Modifikationen des Gerichtes, u.a.

- *Moussakás* mit Zucchini und Hackfleisch
- *Moussakás* mit Kartoffel und Hackfleisch
- *Moussakás* mit Kartoffel und Zucchini
- *Moussakás* nur mit Kartoffel (und Tomaten) als Beilage u.a.

Das Originalgericht enthält nach der Zubereitung relativ viel Olivenöl, da sich die Früchte, insbesondere die Auberginen, beim Braten in Olivenöl schwammartig voll saugen. Ich beschreibe unten ein fettärmeres Verfahren.

Die „weiße Soße“ ist eine Art Bechamelsoße, die es heute auch fertig zu kaufen gibt.

Wer den leicht bitteren Geschmack der Aubergine nicht mag, kann die Auberginen auch wie folgt vorbereiten:

Auberginenscheiben von beiden Seiten gut salzen, 30 Min. stehen lassen, dann unter fließendem Wasser abwaschen und mit Küchenpapier trockentupfen. Die Bitterstoffe werden durch das Salz eliminiert.

## Einkaufsliste

(für eine große Auflaufform, 5-6 Personen)

1 kg Rindergehacktes

1 Kg Kartoffel (möglichst festkochend)

6 mittelgroße Zwiebel

6 mittelgroße Tomaten

600 g Auberginen

300 g Zucchini

2 EL großblättrige Petersilie

Olivenöl, Salz, gemahl. schwarzer Pfeffer, frischer Rosmarin, Zimtpulver, Oregano,

3 Eier

250 ml Milch

2 EL Mehl

3 EL geriebener Hartkäse

ger. Muskatnuß

## Vorbereitung

Backofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen.

Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden.

Kartoffel schälen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Gemüsefrüchte waschen und ebenfalls in 5 mm dicke Scheiben schneiden.

## Zubereitung

1. Backblech mit Backpapier auslegen und darauf die Kartoffel- und Gemüsescheiben verteilen.

Die Scheiben sorgfältig mit Olivenöl bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen, Rosmarinnadeln darüber verteilen.

Im Backofen ca. 30 Min. goldbraun backen, zwischendurch evtl. erneut mit Olivenöl bestreichen.

2. In der Zwischenzeit das Rinderhack in Olivenöl kräftig anbraten, dann die Zwiebelwürfelchen hinzufügen und ebenfalls anbraten.

Mit Salz, Pfeffer, wenig Zimt und Rosmarinnadeln würzen.

3. In einer gefetteten Auflaufform zunächst die Kartoffelscheiben verteilen. Darauf das gebratene Gehackte aufbringen und glattstreichen.

Petersilie drüberstreuen.

Nun weiterhin schichtweise die Auberginenscheiben, die Zucchini-scheiben und zum Schluß die Tomatenscheiben verteilen.

4. Weiße Soße (*áspri sálza* = eine Art Bechamelsoße) wie folgt zubereiten: 2 EL Butter in einem kleinen Topf erhitzen, dann mit einem Schneebesen 2 EL Mehl einrühren, kurz erhitzen, dann langsam die Milch und die geschlagenen Eier einrühren, mit Salz, Pfeffer und wenig Muskat würzen.

5. Die Soße über dem Ganzen verstreichen und den Käse darüberstreuen.

6. Bei 200 °C im Backofen goldbraun backen (ca. 30 Min.).