



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

MOUSSAKA MIT LAMM UND SÜSSKARTOFFEL



HAUPTZUTAT

Lamm

ZUBEREITUNGSZEIT

Unter 2 Stunde

PORTIONEN

6-8

ÜBERBLICK

Dieses traditionelle Gericht hat seinen Ursprung auf den griechischen Inseln. Moussaka ist eine Schichtspeise aus gegrillten Auberginen, Lammhackfleisch mit aromatischen mediterranen Gewürzen und feinen Kartoffelscheiben, gekrönt von einer cremigen Béchamelsauce, die goldgelb und knusprig überbacken wird. In diesem Rezept werden anstelle der normalen Kartoffeln Süßkartoffeln verwendet. Diese werden etwas schneller gar und verleihen dem Gericht eine zusätzliche Süße.

ZUTATEN

- 1 EL Öl zum Braten
 - 1 große rote Zwiebel, gehackt
 - 3 Knoblauchzehen, fein gehackt
 - 1 kg Lammhackfleisch
 - 1 EL getrocknete Kräutermischung
 - 1 TL gemahlener Zimt
 - 1 EL geräuchertes Paprikapulver
 - 1 TL mildes Currypulver
 - 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
 - 2 EL Tomatenchutney
 - 400 g gehackte Tomaten aus der Dose
 - 400 g Süßkartoffel, längs in 1 / 2cm dicke Scheiben geschnitten
 - 400 g Aubergine, längs in 1 / 2cm dicke Scheiben geschnitten
 - Meersalz
 - Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Für die Béchamelsauce:**
- 100 g gesalzene Butter
 - 100 g Mehl
 - 800 ml Milch
 - 2 TL gemahlene Muskatnuss
 - 1 Ei
 - Meersalz
 - Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
 - 50 g Käse, gerieben

ZUBEREITUNG

- 1) Den Ofen auf 200 °C (Gas: Stufe 6, Umluft: 180 °C) vorheizen.
- 2) Das Öl in der Bratreine bei mittlerer Hitze auf dem Herd erwärmen. Die Zwiebeln darin für 5 Minuten anbraten, bis sie weich werden. Dann den Knoblauch hinzugeben und für eine weitere Minute mitbraten.
- 3) Das Hackfleisch in die Bratreine geben und braun und krümelig anbraten. Anschließend Kräuter, Zimt, Paprika, Curry und Kreuzkümmel darüber streuen und gut unterrühren. Danach das Tomatenchutney einrühren.



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

- 4) Nun die gehackten Tomaten sowie eine weitere Dose voll Wasser hinzugießen. Alle Zutaten gut vermengen und für ca. 30 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen, bis sich die Flüssigkeit reduziert hat und eine sämige Hackfleischsauce zurückbleibt.
- 5) In der Zwischenzeit die Süßkartoffelscheiben in kochendes Salzwasser legen und 5 Minuten leicht weich blanchieren. Abgießen und beiseitestellen.
- 6) Die Auberginenscheiben auf ein Backblech legen und mit etwas Öl bestreichen. Unter den heißen Grill in den Backofen legen, bis die Scheiben beginnen braun zu werden. Ebenfalls bis zum Schichten der Moussaka beiseitestellen.
- 7) Zum Schluss die Béchamelsauce zubereiten. Dazu zuerst eine Mehlschwitze herstellen: die Butter in einem kleinen Topf schmelzen und das Mehl gründlich einrühren. Unter ständigem Rühren bei niedriger bis mittlerer Hitze ca. 2 Minuten kochen lassen.
- 8) Nun schrittweise die Milch hinzufügen. Um eine glatte, glänzende Sauce zu erhalten, dabei kontinuierlich umrühren, während die Mehlschwitze die Flüssigkeit aufnimmt. Sobald die gesamte Milch eingearbeitet ist, die Muskatnuss darüber streuen, das Ei unterrühren und die Sauce vom Herd nehmen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 9) Um das Moussaka zu schichten, das Hackfleisch gleichmäßig auf dem Boden der Bratreine verteilen. Dann zunächst die Auberginen und dann die Süßkartoffelscheiben darüber schichten. Zum Schluss mit Sauce übergießen und mit einer Schicht geriebenem Käse abschließen. Im Ofen 35-40 Minuten backen, bis der Käse goldgelb und knusprig ist.
- 10) Die Moussaka aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Mit einem frischen griechischen Salat servieren.

Anmerkungen des Kochs:

- Anstelle von Süßkartoffel können auch normale Kartoffeln verwendet werden. Diese müssen beim Blanchieren 3-5 Minuten länger im Wasser kochen.
- Dieses Rezept kann anstelle von Lamm auch mit jedem anderen Hackfleisch zubereitet werden. Obwohl nicht so traditionell, passt z.B. auch Schweinefleisch, Puten- oder Rinderhackfleisch.

Copyright Bild/Rezept © 2021 Le Creuset

www.lecreuset.com