

Vegetarische Moussaka von Mario Kotaska

Zutaten (für vier Portionen)

Gemüse-Sauce

1 Zwiebel
1 EL Olivenöl
1 Zucchini
1 Paprika
2 Zehen Knoblauch
Salz, Pfeffer, Zucker
150 g rote Linsen
1 EL Tomatenmark
1 Dose stückige Tomaten (etwa 400 g)
Oregano
Thymian



Béchamel-Sauce

45 g Butter
Lorbeer
45 g Mehl
750 ml Milch
Salz
Muskatnuss
150 g geriebener Bergkäse
2 Eier

Sowie

3 - 4 Auberginen
500 g festkochende Kartoffeln

Zubereitung (35 Minuten, ohne Gar- und Wartezeiten)

Die Auberginen in mitteldicke Scheiben schneiden und beidseitig kräftig salzen. Auf einen Teller legen und etwa eine halbe Stunde beiseitestellen. So wird der Aubergine Flüssigkeit und darin enthaltene Bitterstoffe entzogen. Dann mit einem Papiertuch abtupfen, auf ein Gitter geben und im Ofen bei 200 Grad etwa acht bis zehn Minuten leicht anrösten.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden (ähnlich dick wie die der Auberginen) und in Salzwasser etwa 15 Minuten angaren. Abschütten und etwas abkühlen lassen.

Für die Gemüsesauce die Zwiebel würfeln und in etwas Olivenöl anschwitzen. Zucchini und Paprika fein würfeln und mitbraten sowie Knoblauch. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Dann die Linsen und etwas Tomatenmark mit hineingeben, kurz anschwitzen und mit



den stückigen Tomaten ablöschen. Aufkochen lassen und etwa zehn Minuten köcheln lassen, bis die Linsen gar sind. Dann die Kräuter grob gehackt hineingeben.

Während die Linsen kochen, die Béchamel-Sauce zubereiten: Die Butter zerlassen, dann Lorbeer hineingeben und mit Mehl abstäuben. Kurz anschwitzen lassen, dann mit der Milch ablöschen und mit Salz sowie Muskatnuss würzen. Etwa zehn Minuten köcheln lassen, bis die Sauce schön eingedickt ist. Vom Herd nehmen, die Lorbeerblätter entnehmen und den Bergkäse einrühren. Für zusätzlichen Stand abschließend unter ständigem Rühren die Eier hineinschlagen.

Nun das Moussaka zusammenstellen: Hierzu eine Lage aus Auberginen in eine Auflaufform geben. Darauf Kartoffeln verteilen und eine Portion Gemüsesauce. Dann eine Portion Béchamel-Sauce darauf verteilen, bevor wieder Auberginenscheiben an der Reihe sind. So fortfahren, bis die Auflaufform voll ist bzw. alle Zutaten platziert wurden. Es sollte mit einer Schicht Béchamel-Sauce geendet werden.

Die Moussaka nun bei 220 Grad backen, bis eine goldbraune Kruste entstanden ist. Das sollte je nach Größe der Form etwa 20 bis 30 Minuten dauern.