

Moussaka mit buntem Salat

Für 4 Personen:

300 g Kartoffeln, festk.	Salz	600 g Auberginen
8 EL Olivenöl	4 Fleischtomaten	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	1 EL Mehl	350 ml Milch
1 Lorbeerblatt	1 Zweig Rosmarin	500 g mageres Hackfleisch
1 Prise Zimt	Pfeffer	150 g Feta
50 g griech. Joghurt (10 %)	1 Zitrone	1 TL flüssiger Honig
1 rote Zwiebel	1 Salatgurke	100 g schwarze Oliven

Die Kartoffeln waschen und in einem Topf in kochendem Salzwasser knapp garen. Kartoffeln abgießen und pellen.

Die Auberginen waschen, der Länge nach in 5 mm dünne Scheiben schneiden. Auberginenscheiben salzen und 10- 15 Minuten ziehen lassen.

Die Auberginenscheiben trocken tupfen. In einer Pfanne 3 EL Olivenöl portionsweise erhitzen. Die Auberginenscheiben darin von beiden Seiten braun anbraten (oder die Scheiben mit Olivenöl bepinseln, auf ein Backblech geben und im Backofen bei 180 Grad garen).

Von den Tomaten 2 Stück am Stielansatz einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, entkernen und würfeln. Die Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.

In einem Topf 1 EL Olivenöl erhitzen. Das Mehl einstreuen und anschwitzen. Unter Rühren mit Milch aufgießen.

Leicht salzen und Lorbeerblatt zugeben. Die Sauce ca. 5 Minuten köcheln lassen, zwischendurch öfter umrühren.

Rosmarin abbrausen und trocken schütteln, Nadeln abzupfen und fein hacken.

In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen. Das Hackfleisch darin unter Wenden krümelig braun anbraten. Mit Zimt, Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen. Zwiebel und Knoblauch zugeben und einige Minuten mitbraten. Dann die Tomatenwürfel zugeben.

Feta zerbröseln. Die Sauce mit Joghurt und der Hälfte vom Feta verrühren und abschmecken.

Den Backofen auf 250 Grad Oberhitze vorheizen.

Eine feuerfeste Form mit etwas Olivenöl ausgepinseln. Im Wechsel Kartoffel-, Auberginenscheiben und Hackfleisch einschichten. Die Sauce darüber gießen und restlichen, zerbröselten Käse darauf verteilen. Moussaka im heißen Backofen ca. 15 Minuten überbacken.

Inzwischen für den Salat von der Zitrone den Saft auspressen. Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Honig und übriges Olivenöl zu einem Dressing verquirlen.

Rote Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Übrige Tomaten waschen, trockenreiben, putzen und in grobe Würfel schneiden. Gurke waschen, trockenreiben, putzen und ebenfalls grob würfeln.

Zwiebelringe, Tomaten- und Gurkenwürfel unter das Dressing mischen. Oliven zugeben.

Die Moussaka in Portionen teilen und auf Tellern anrichten. Den Garten-Salat dazu servieren.

Rainer Klutsch am 01. August 2023