



MOUSSAKA



Temps de préparation
25 minutes



Temps de cuisson
55 minutes



Niveau de difficulté
★★

Ingrédients pour 6 personnes

1kg200 d'aubergines
5 tomates
3 oignons
600g de bœuf
750ml de lait
60g de farine
20g de beurre
100g de comté
100ml d'huile d'olive
1 pincée de noix de muscade
Sel, poivre

Préchauffer le four à 180°C, position chaleur tournante

Préparation de la recette

Couper les aubergines en dés et émincer les oignons.

Faire bouillir une casserole d'eau. Entailler le dessous des tomates en faisant une croix, enlever le pédoncule et les plonger 2 minutes dans l'eau bouillante.

Les égoutter, les monder et les couper grossièrement.

Râper le comté.

Déroulement de la recette

Dans une poêle anti-adhésive, cuire 5 minutes à feu vif les aubergines avec 80ml d'huile d'olive.

Dans une autre poêle, faire dorer les oignons et la viande hachée avec le reste d'huile d'olive pendant 5 minutes.

Rassembler dans une même poêle, ajouter les tomates, saler, poivrer et laisser cuire 10 minutes à feu doux.

Pendant ce temps, faire fondre le beurre dans une casserole et ajouter la farine en remuant jusqu'à obtenir une pâte.

Verser doucement le lait et cuire à feu doux jusqu'à ce que la béchamel épaississe (environ 7 minutes).

Ajouter un peu de sel et la noix de muscade.

Enfin, mettre les aubergines dans un plat allant au four, ajouter la béchamel et parsemer de comté.

Enfourner 30 minutes et servir bien chaud.



Ce plat grec est habituellement réalisé avec de la viande d'agneau. Utilisez plus souvent du bœuf (ou moitié/moitié) pour que le goût ne soit pas trop fort !



Pour une béchamel plus légère, remplacez la farine par de la Maïzena.

Pour une béchamel plus épaisse, ajoutez 30g de farine supplémentaires !

