

Auberginen-Moussaka

Der griechische Klassiker Auberginen-Moussaka ist auf der ganzen Welt beliebt. Mit diesem Rezept wird das Gericht vegetarisch zubereitet und ist nicht weniger lecker!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 45 min

Koch/Backzeit: 1,2 h

Ruhezeit: 10 min

Gesamtzeit: 2,1 h



Foto: Lablascovegmenu

Zutaten

750 g	Kartoffeln (geschält und gekocht)
1 Stk.	Aubergine
1 Stk.	Zwiebel
2 Stk.	Knoblauchzehe
4 Stk.	Tomaten
2 EL	Tomatenmark
1 Tasse	Sojaschnetzel
2 Tassen	Wasser
1 Prise	Piment
1 Prise	Majoran
1 Stk.	Lorbeerblatt
1 Schuss	Olivenöl
1 Prise	Zimt
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Knoblauch

Für die Soße

50 g	Margarine
50 g	Mehl
50 g	Hefeflocken
500 ml	Wasser
1 TL	Senf
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Muskat

Zubereitung

1. Für Auberginen-Moussaka die Kartoffeln in reichlich Salzwasser gar kochen. In der Zwischenzeit Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.
2. Aubergine waschen und (je nach Größe zuerst halbieren) in dünne Scheiben schneiden. Tomaten am Stielansatz kreuzweise einschneiden und mit kochendem Wasser überbrühen. Haut abziehen und die Tomaten klein würfeln.
3. Sojaschnetzel mit Gemüsebrühe mischen und mit kochendem Wasser übergießen. 10 Minuten ziehen lassen. Kartoffeln abgießen, schälen und in Scheiben schneiden.
4. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und die Aubergine darin rundherum anbraten. Mit Salz würzen, aus dem Topf nehmen und beiseite stellen. Wieder etwas Olivenöl in den Topf geben. Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten.
5. Tomatenmark dazugeben und verrühren. Mit Zimt, Piment und Majoran würzen und mit Wasser auffüllen. Lorbeerblatt, Tomaten und Sojaschnetzel unterrühren. Salzen, pfeffern und 10 Minuten köcheln lassen.
6. In der Zwischenzeit Backofen auf 180°C vorheizen. Mehl mit Hefeflocken, Salz, Pfeffer und Muskat mischen. Margarine in einem Topf zerlassen und die Hefeflocken-Mischung darin anschwitzen.
7. Langsam Senf und Wasser einrühren und alles unter ständigem Rühren einmal aufkochen lassen. Vom Herd nehmen. Eine Auflaufform mit Olivenöl einpinseln und schichtweise mit Kartoffeln, Tomaten und Auberginen füllen.
8. Zuletzt die Sauce darüber gießen und im Ofen ca. 1 Stunde garen lassen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen und servieren.

Tipp

Zum Auberginen-Moussaka schmeckt ein bunter gemischter Salat.