Rezept

Orientalische Moussaka

Ein Rezept von Orientalische Moussaka, am 12.10.2024

Zutaten

1 kg	Auberginen
4	Tomaten
	½ Bund Petersilie
300 g	Lammhackfleisch
	¼ TL Zimtpulver
150 g	Joghurt (10 % Fett)
2 EL	Mehl
	Butter für die Form
	Salz
1	Zwiebel
3 EL	Olivenöl
	⅛ l Gemüsebrühe
	Pfeffer
3	Eier
1 Msp.	Backpulver

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

Zubereitung

1. Die Auberginen waschen, putzen, in Scheiben schneiden, salzen, 30 Min. ziehen lassen. Tomaten waschen, die Hälfte würfeln, den Rest in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen, klein schneiden. Petersilie waschen, hacken. 1 EL Öl erhitzen, Zwiebel darin glasig dünsten. Hackfleisch zugeben, 10 Min. mitbraten. Tomatenwürfel, die Hälfte der Petersilie und Brühe unterrühren. Mit Zimtpulver, Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt 20 Min. köcheln lassen. Ofen auf 180° vorheizen.

2. Auberginen trockentupfen. Übriges Öl erhitzen. Auberginen portionsweise je Seite 1 Min. braten. Form einfetten. Abwechselnd Auberginen und Sauce einschichten. Mit Sauce enden. Tomatenscheiben obenauf legen. Im Ofen (Mitte, Umluft 160°) ca. 30 Min. backen. Joghurt, Eier, Mehl, Backpulver und übrige Petersilie mischen, salzen und pfeffern. Darüber gießen und 10 Min. backen.