

## Rezept

# Moussaka mit Rinderhackfleisch

Ein Rezept von Moussaka mit Rinderhackfleisch, am 30.06.2024

## Zutaten

<b>800 g</b> Auberginen	<b>500 g</b> Zucchini
<b>10 EL</b> Olivenöl	Salz
<b>2</b> große Zwiebeln	<b>4</b> Knoblauchzehen
<b>1/2</b> Bund Oregano	<b>600 g</b> Tomaten
<b>600 g</b> Rinderhackfleisch	<b>1/8 l</b> trockener Weißwein oder Gemüsebrühe
<b>1 EL</b> Tomatenmark	<b>1/2 TL</b> Zimtpulver
Pfeffer	<b>40 g</b> Butter
<b>30 g</b> Mehl	<b>600 ml</b> Milch
<b>400 g</b> mehligkochende Kartoffeln	<b>100 g</b> Schafkäse (Feta)
<b>50 g</b> Semmelbrösel	<b>100 g</b> frisch geriebener Pecorino oder Parmesan
<b>2</b> Eier (Größe M)	etwas abgeriebene Bio-Zitronenschale

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 8 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min  
**Pro Portion** Ca. 560 kcal

## Zubereitung

1. Die Auberginen und Zucchini waschen, putzen und quer in etwa 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und leicht ölen. Die Gemüsescheiben darauflegen (nacheinander in etwa drei Portionen), mit wenig Öl einpinseln, salzen. Den Backofengrill anheizen und das Gemüse mit 10 cm Abstand zur Hitzequelle in den Ofen schieben. 8-10 Minuten grillen, ab und zu wenden.
2. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein schneiden. Oregano waschen, trocken schütteln und die Blättchen fein hacken. Die Tomaten mit kochend heißem Wasser begießen, abschrecken, häuten und klein würfeln, dabei die Stielansätze entfernen. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Hackfleisch dazugeben und krümelig braten. Tomaten, Wein oder Brühe und Tomatenmark zugeben. Mit Salz, Zimt und Pfeffer würzen und etwa 20 Minuten offen bei schwacher Hitze sanft schmoreln lassen.
3. Inzwischen 30 g Butter in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen. Mehl dazugeben und unter Rühren goldgelb werden lassen. Die Milch mit dem Schneebesen kräftig unterschlagen. Die weiße Sauce offen 10 Minuten bei schwacher Hitze köcheln, dann lauwarm abkühlen lassen.
4. Die Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Den Feta zerkrümeln. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen (erst später einschalten: Umluft 160 Grad). Eine große Auflaufform mit Semmelbröseln ausstreuen. Die Tomatensauce mit Oregano mischen, abschmecken. Unter die weiße Sauce den Pecorino oder Parmesan und die Eier rühren, mit Salz, Pfeffer und Zitronenschale würzen.

5. Abwechselnd Auberginen, Zucchini, Tomatensauce, Kartoffeln und wieder Tomatensauce in die Form schichten. Den Feta dazwischen streuen. Die weiße Sauce zum Schluss gleichmäßig über alle Zutaten laufen lassen. Übrige Butter in Flöckchen auflegen. Moussaka im Ofen (Mitte) etwa 1 1/4 Stunden backen, bis sie schön braun ist und die Kartoffeln gut weich sind. Dann noch 10 Minuten stehen lassen und erst anschließend in Stücke schneiden.