



# Moussaka

- Les ingrédients en italique et entre parenthèses sont facultatifs
- cac = cuillère à café = 5 ml, cas = cuillère à soupe = 15 ml

Pour 2100 gr soit 6 personnes (350 gr)

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes à 200°

Ingrédients :

- 3 **aubergines** (environ 750 gr)
- 620 gr de **sauce béchamel** ([voir recette sur le site](#), c'est 2 doses)
- 500 gr de **viande hachée** ([voir recette sur le site](#))
- 1 **oignon**
  - (ou bien 80 gr d'**oignons hachés**)
  - (ou bien 20 gr d'**oignons lyophilisés** réhydratés dans 60 gr d'**eau bouillante**)
- 2 cas d'**ail en poudre**
  - (ou bien 2 **gousses d'ail finement hachées**)
- 560 gr de **sauce tomate**
- 2 **tomates émincées**
- 2 cas d'**herbes lyophilisées** (provence, thym, ...)
- 3 **petites biscottes**
  - (ou bien 20 gr de **chapelure**)



Préparation :

1. **Couper** les **aubergines** en fines lamelles
2. **Mettez-les** à cuire pendant 20 minutes, soit dans une poêle huilée (idéal, donne du goût), soit à la vapeur, soit au four à 200°
3. **Réalisez** votre **sauce béchamel** et votre **viande hachée** puis **réservez** chacun dans un saladier
4. Dans une grande poêle (ou un wok) huilé, faire **rissoler** quelques minutes l'**oignon** et l'**ail émincés**
5. Y **ajouter** le **coulis de tomate**, les **tomates émincées**, les **herbes** et la **viande hachée** puis laisser **rissoler** 5 minutes en **mélangeant** régulièrement
6. Dans un plat à gratin (ou dans des petits plats à gratins individuels) à bords hauts, **mettre** la moitié des **aubergines**, ajouter le **contenu du wok** (le haché + tomates + oignon + ail, ...), mettre la deuxième moitié des **aubergines**, et enfin y **mettre** la **béchamel**
7. **Recouvrir** de la **chapelure**
8. **Mettre** à cuire au four 30 minutes à 200°