

# RECETTE DE LA MOUSSAKA TRADITIONNELLE



## INGREDIENTS

### Pour la moussaka :

3 belles pommes de terre  
1 carotte  
2 tomates  
Deux aubergines  
2 courgettes  
1 oignon  
1 gousse d'ail  
600 g d'agneau haché  
1 c.à.s. de concentré de tomates  
200 g d'eau  
1 c.à.c. de paprika  
½ c.à.c. de cannelle en poudre  
1 c.à.c. de cumin  
2 pincées de thym  
Huile d'olive Sel, poivre  
Optionnel 2 c.à.s. de mizithra (le parmesan grec si vous en trouvez)  
20 cl de vin rouge

### Béchamel

100 g de farine,  
100 g de beurre  
1 litre de lait  
2 jaunes d'œuf  
40 g de parmesan  
1 pincée de cumin Muscade Sel, poivre

## COMMENT FAIRE

Hachez grossièrement l'oignon et faites-le revenir dans une casserole. Ajoutez la viande hachée et le concentré de tomate. Faites revenir et ajoutez le vin.

Râpez la carotte (pour sucrer légèrement le plat) et les deux tomates.

Ajoutez ces éléments dans la sauce et les épices : 1 c à c paprika, ½ c à c cumin, poivre, sel, thym et eau.

Couvrez et laissez mijoter.

Découpez les légumes en fines tranches sans les éplucher : aubergines, pommes de terre et courgettes

Faites-les dorer dans une friteuse avec l'huile d'olive. Déposez les légumes bien dorés sur un papier absorbant et réservez.

Préparez la béchamel : dans une casserole, faites fondre le beurre, ajoutez la farine en tournant constamment avec un fouet. Ajoutez le lait froid. La sauce doit s'épaissir en devenant bien onctueuse.

Ajoutez le parmesan, les jaunes d'œufs, râpez un peu de noix muscade, salez, poivrez.

Dans un bol, prélevez un peu de sauce qui mijotait, mélangez avec de la béchamel.

Procédez au montage par couches. Au fond d'un grand plat allant au four, disposez les pommes de terre sautées, arrosez les d'un peu de sauce du bol : béchamel et viande.

Faites de même avec les aubergines et les courgettes.

Retirez le liquide de la sauce à la viande et étalez-la régulièrement sur les couches de légumes.

Recouvrez avec la béchamel et enfournez pour 40 mn à 200° dans un four préchauffé 15 mn.

### **ASTUCE IMPORTANTE**

Laissez tiédir le plat pendant 10 à 15 mn pour que le montage ne parte pas dans tous les sens au moment de servir.