



Moussaka

# Moussaka

[Mas recetas Primer plato en http://www.recetasypostres.net/primer-plato/9.php](http://www.recetasypostres.net/primer-plato/9.php)

## Ingredientes:

600gr. de ternera picada, 3 patatas grandes, 3 berenjenas, 1 cebolla, 500gr. de tomate triturado, aceite de oliva, sal, pimienta, 1 cucharita de orégano, 1/4 cucharita de canela, 1 cuchartita de cumín (comino en polvo), 1/2 litro salsa bechamel, 100gr. de queso para gratinar. **INGREDIENTES PARA LA SALSA BECHAMEL:** - Harina 50 gramos. - Margarina 50 gramos. - Sal. - Nuez moscada. - Leche Vegetal 500 ml.

## Pasos a seguir:

- 1) Lavar las berenjenas, cortarlas (sin pelar) en rodajas de medio centímetro, aproximadamente, espolvorear con sal y dejarlas reposar en un colador con un plato que haga peso sobre ellas durante una hora.
- 2) Picar la cebolla, poner el aceite en la sartén y freír la cebolla con un poquito de sal y pimienta, cuando esté pochada la retiramos.
- 3) En la misma sartén freír la carne picada y salpimentar al gusto, cuando esté lista (no muy pasada) añadir la cebolla, el tomate escurrido (le echaremos el jugo del tomate poco a poco para que el relleno no salga muy caldoso y así conseguiremos que esté más espesa), la canela, el cumín y el orégano y dejar cocer a fuego lento hasta que veamos que espesa.
- 4) Secar las berenjenas con papel de cocina y asarlas en una sartén con un poquito de aceite (para que no salgan muy aceitosas o si preferís freírlas). Igualmente con la patatas cortadas en rodajas finitas hasta que se doren por los dos lados. Sacarlas y escurrir sobre papel de cocina.
- 5) Engrasar ligeramente un molde de horno con mantequilla, colocar una base de salsa bechamel, una de rodajas de patatas, una capa de carne, una de berenjenas, otra de carne, otra de berenjenas, otra de carne y por último una de patatas.
- 6) Cubrir todo con salsa bechamel y cocer en el horno a fuego medio de 30 a 45 minutos, hasta que se dore la bechamel. Unos minutos antes de terminar la cocción, espolvoreamos con un poco de queso para gratinar.
- 7) Servir en la misma fuente del horno.

Enlace a la receta: <http://www.recetasypostres.net/primer-plato/moussaka-95.php>