



Очень вкусное греческое блюдо Мусакас (или Мусака) - это что-то среднее между запеканкой и лазаньей, готовится из овощей и мясного фарша.

Ингредиенты:

- мясной фарш - 700 г
- баклажаны - 2 шт.
- кабачки - 3-4 шт.
- картофель - 0, 7-1 кг
- помидоры - 2-3 шт.
- лук репчатый - 1-2 шт.
- масло растительное
- зелень
- соль
- перец

для соуса Бешамель:

- яйца - 1 шт.
- молоко - 1 ст.
- кукурузная (или обычная) мука - 2 ст.л.
- 1/4 ст. масла растительного
- мускатный орех - 0,5 ч.л.

- соль
- перец

Приготовление:

Предварительно разогреть духовку. Мясо пропустить через мясорубку.

Баклажаны нарезать колечками, посолить и отложить на 20-30 минут, чтобы вышла горечь. Затем промыть, обсушить.



Также нарезать кабачки



и картофель.



Обжарить баклажаны (можно и без растительного масла, если сковорода со специальным покрытием или влив немного масла - сразу же добавить немного воды),



кабачки,



картофель.



Все овощи посолить. В принципе, можно овощи и не обжаривать, но обжаренные овощи вкуснее в блюде.

Лук мелко нарезать и обжарить вместе с мясным фаршем.



Помидоры очистить от кожуры и мелко нарезать (или натереть на тёрке). Посолить, поперчить, добавить мелко нарезанную зелень петрушки или укропа, убавить огонь, накрыть крышкой и тушить минут 20-30.



Как сделать соус Бешамель:

Развести муку с небольшим количеством молока, чтобы не было комочков. Разогреть остальное молоко и, постоянно помешивая, влить понемногу полученную смесь в горячее молоко. Добавить соль, перец, мускатный орех, масло и помешивать до загустения. Соус немного остудить. Взбить яйцо и тщательно вмешать его в соус. Соус Бешамель готов!

На противень с высокими бортиками выложить сначала слой жареной картошки,



затем - слой кабачков



и слой мясного фарша.



Сверху - слой баклажанов.



Залить всё соусом Бешамель



и запекать в духовке 30-40 минут.



Мусакас готов (или готова?)!

Приятного аппетита!

{loadposition Podelitjsa}{loadposition pohogie-vtoryie}{loadposition new}