

MERKUR 
Versicherung



Rinder-Moussaka mit Melanzani und Petersilie

 40-50min  2 Personen

Dieses Rezept wurde vom Koch Konstantin Fillipou in Partnerschaft mit Merkur Österreich nur für euch kreiert: Moussaka ist eines der bekanntesten griechischen Nationalgerichte! Ursprünglich stammt das Auflaufgericht aus dem arabischen Raum, hat es aber bis in den Balkan geschafft. Typisch für die griechische Variante sind die Melanzanischeiben, die sich zwischen Lasagneblättern, Rinderfaschiert...

Was du von uns bekommst

- frische Lasagneblätter^{1,3}
- Knoblauchzehe
- Zitrone
- Zimt
- Melanzani
- Rinderfaschiertes
- frische Petersilie
- Milch⁷
- festkochende Kartoffeln

Was du zu Hause benötigst

- Butter⁷
- Olivenöl
- Pflanzenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl¹

Küchenutensilien

- Auflaufform
- Backrohr mit Umluftfunktion
- große Pfanne
- kleiner Kochtopf
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Schneebesen
- Sieb
- Sparschäler

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 825.0kcal, Fett 43.1g, Eiweiß 35.8g, Kohlenhydrate 69.7g



1. Kartoffeln kochen

Einen mittelgroßen Topf mit 1TL Salz und Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Währenddessen **Kartoffeln** waschen, schälen und in 0,5 cm breite Scheiben schneiden. Anschließend ca. 1Min. blanchieren, dann in einem Sieb abgießen (das Wasser dabei aufheben), **Kartoffeln** mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.



4. Fleisch zubereiten

Die Pfanne erneut auf mittelhohe Hitze aufheizen. **Rinderfaschiertes** zu der **Melanzani Schmor-Flüssigkeit** geben und mit **Zitronensaft, Knoblauch** sowie der **Hälfte** der **Petersilie** ca. 4Min. rühren und braten, bis alle **Fleischstücke** vollständig braun sind. Anschließend beiseitestellen.



2. Gemüse vorbereiten

Das Backrohr auf 200°C Umluft vorheizen. **Melanzani** ebenfalls in 0,5cm breite Scheiben schneiden, anschließend in einer Schüssel mit (nach Geschmack) **Zimt**, Salz und Pfeffer gründlich vermengen. **Zitronensaft** entsaften. **Petersilienblätter** abzupfen und fein hacken. **Knoblauch** schälen und fein hacken oder pressen.



5. Bechamel vorbereiten

2EL Butter und 2EL Mehl in einem kleinen Topf bei schwacher Hitze 1-2Min. anschwitzen. Dabei ständig mit einem Schneebesen rühren. Nach und nach 250ml **Milch** zugießen. Einmal aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen und bei schwacher Hitze 6-8Min. leicht köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Eine Auflaufform mit etwas Olivenöl einfetten.



3. Melanzani braten

Eine große Pfanne mit 2-3EL Pflanzenöl auf hoch erhitzen. Sobald die Pfanne heiß ist, die **Melanzanscheiben** ca. 2-3Min. je Seite braten bis sie geschmeidig und goldbraun sind. Anschließend aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Bei Bedarf mehr Öl zugießen.



6. Moussaka fertigstellen

2 **Lasagneblätter** kurz im Kartoffelwasser einweichen. 1 Blatt auf den Boden geben, mit **Bechamel** und **Fleisch** bedecken, eine Schicht **Melanzani**, dann eine Schicht **Kartoffeln** darauf geben. Mit den verbliebenen Zutaten wiederholen. Mit **Bechamel** abschließen. **Moussaka** ca. 10-15Min. auf der mittleren Schiene des Rohrs fertig backen. Mit **Petersilie** bestreut genießen.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **0720 828 058**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.at an. [📷](#) [📺](#) [📱](#) [#marleyspooning](#)