

Binôme Gourmande

MOUSSAKA A LA MENTHE



Ingrédients :

600 g d'épaule d'agneau désossé, hachée

1kg d'aubergines

huile d'olive

1 oignon

1 gousse d'ail

1 boîte de tomates pelées (380 g) j'ai mis des tomates fraîches

1 pincée d'origan séché (j'ai mis une cuillère à soupe de mélange d'herbes de Provence. On peut également y mettre du "4 épices". Dans ce cas ne pas ajouter de cannelle. Epicez selon vos goûts)

1/2 cuillère à café rase de cannelle en poudre

2 cuillères à soupe de persil haché

10 à 15 feuilles de menthe fraîche ciselé

2 oeufs (séparez les blancs des jaunes)

30 g de beurre

20 g de farine

1/4 litre de lait

60 g de parmesan râpé

sel, poivre, noix de muscade

Préparation :

1 - Lavez et essuyez les aubergines, coupez-les dans la longueur en tranches de 1cm d'épaisseur (à mon avis 1/2 cm suffit largement). Salez-les légèrement, posez-les sur du papier absorbant et laissez dégorger 20 minutes. Puis séchez-les avec du papier. Faites chauffer un peu d'huile d'olive dans une grande poêle et faites sauter rapidement les aubergines. Procédez en plusieurs fois en ajoutant de l'huile si nécessaire. Puis égouttez les aubergines sur du papier absorbant.

2 - Dans une sauteuse, faites chauffer 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et faites revenir l'oignon haché jusqu'à ce qu'il soit transparent. ajoutez alors la viande hachée et laissez cuire jusqu'à disparition de toute trace rose. Egouttez les tomates, épépinez-les et concassez leur chair. (Si vous avez choisi comme moi des tomates fraîches, faites chauffer de l'eau à ébullition et placez-y les tomates pendant quelques minutes. Ensuite passez-les sous l'eau froide et enlevez la peau. Puis il vous suffira de les épépiner et de couper la chair en petits morceaux).

3 - Quand la viande est légèrement rissolée, ajoutez les tomates, la gousse d'ail finement hachée, le persil, l'origan (ou les herbes), et la cannelle ; salez et poivrez. Mélangez et faites mijoter 15 minutes à feu très doux. le mélange doit épaissir et le liquide être évaporé. Retirez du feu et laissez tiédir. Ajoutez les blancs d'oeufs et les feuilles de menthe.

4 - Préparez une béchamel : faites fondre 20 g de beurre, poudrez de 20 g de farine, mélangez avec un fouet et versez le lait. Faites épaissir à feu doux, puis assaisonnez de sel, de poivre et de noix de muscade râpée. Ajoutez les jaunes d'oeufs et mélangez.

5 - Préchauffez le four à 180°C. Dans un plat à four, rangez la moitié des aubergines en les faisant se chevaucher, parsemez-les d'un tiers du parmesan.

Étalez dessus le hachis et recouvrez du reste d'aubergines. Nappez de sauce béchamel, parsemez du reste du parmesan et de quelques noisettes de beurre. Faites cuire et gratiner au four pendant 45 minutes.