

Ingrédients

- 600 g d'égrené végétal ACCRO
 - 600 g de pommes de terre
 - 1 carotte
 - 2 tomates
 - 2 aubergines
 - 2 courgettes
 - 1 oignon
 - 1 gousse d'ail
 - 20 cl de vin rouge
 - 1 c. à s. de concentré de tomates
 - 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
- Pour la béchamel**
- 80 g de farine
 - 80 g de beurre
 - 1 litre de lait
 - 2 jaunes d'œufs
 - 40 g de parmesan
 - 1 pincée de cumin
 - Muscade râpée (au goût)
 - Sel, poivre

Déroulé

Préparation de la garniture :

Pelez et émincez l'ail et l'oignon. Dans une grande sauteuse, faites chauffer un filet d'huile d'olive à feu moyen. Faites revenir l'égrené **ACCRO** jusqu'à ce qu'il soit bien doré. Ajoutez l'oignon et l'ail émincés, et poursuivez la cuisson jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides. Déglacez avec le vin rouge, puis ajoutez les tomates coupées en dés et la carotte en brunoise. Mélangez bien et laissez mijoter pendant quelques minutes. Incorporez ensuite le concentré de tomates, le paprika, la cannelle, le cumin, et le thym. Salez et poivrez. Couvrez la sauteuse et laissez mijoter à feu doux pendant environ 30 minutes, en remuant régulièrement.

Préparation des légumes :

Coupez les aubergines, les pommes de terre et les courgettes en rondelles d'environ 5 mm d'épaisseur. Dans une friteuse ou une grande poêle, faites chauffer de l'huile d'olive. Faites frire les rondelles de légumes les unes après les autres jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Égouttez-les sur du papier absorbant pour retirer l'excès d'huile. Réservez.

Préparation de la béchamel :

Dans une casserole, faites fondre le beurre à feu doux. Ajoutez la farine en une fois et mélangez vigoureusement avec un fouet pour obtenir un roux blond. Versez progressivement le lait froid en fouettant constamment pour éviter les grumeaux. Continuez à cuire la béchamel jusqu'à ce qu'elle épaississe. Retirez du feu, puis incorporez les jaunes d'œufs, le parmesan râpé, une pincée de cumin, une pincée de muscade, du sel et du poivre. Mélangez bien jusqu'à obtenir une béchamel lisse et homogène.

Montage de la moussaka :

Préchauffez le four à 200 °C. Mélangez un tiers de la préparation d'égrené **ACCRO** avec un tiers de la béchamel. Dans un grand moule à gratin, tapissez le fond avec les rondelles de pommes de terre frites. Répartissez une partie du mélange égrené/béchamel sur les pommes de terre. Disposez ensuite une couche d'aubergines frites, puis recouvrez d'une nouvelle couche de mélange égrené/béchamel. Saupoudrez d'un peu de parmesan râpé. Ajoutez ensuite une couche de courgettes frites, puis étalez le reste de la préparation d'égrené. Recouvrez le tout avec le reste de la béchamel en lissant bien la surface avec une spatule. Saupoudrez à nouveau de parmesan si désiré.

Cuisson :

Enfournez la moussaka dans le four préchauffé et laissez cuire pendant 40 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit bien doré et que la moussaka soit bien chaude à cœur. Sortez du four et laissez reposer pendant quelques minutes avant de servir.

Dressage et présentation :

Servez la moussaka directement dans le moule ou découpez des portions individuelles. Accompagnez éventuellement d'une salade verte, d'un pain pita.

Régalez-vous!

