



Vegetarische moussaka met linzen

Lagen aubergine en aardappel met een kruidige lizensaus, afgewerkt met een romige bechamel. Een stevige ovenschotel voor een gezellig etentje.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
35'	50'	6	Ovenschotel

Ingrediënten

- 2 aubergines
- 3 aardappelen (middelgroot, vastkokend)
- 250 g gedroogde rode linzen
- 400 g tomatenblokjes (1 blik)
- 2 uien
- 2 teentjes knoflook
- 1 kl kaneelpoeder
- 1 kl gedroogde oregano
- 50 g boter

50 g bloem
500 ml volle melk
100 g geraspte kaas (bv. belegen Gouda of Gruyère)
eventueel nootmuskaat
olijfolie
peper en zout

Bereidingswijze

- 1.** Verwarm de oven voor op 190°C (hete lucht) of 200°C (boven-/onderwarmte).
- 2.** Snijd de aubergines in plakken van ongeveer 0,5 cm dik. Leg ze op een bakplaat met bakpapier, bestrijk ze aan beide kanten met olijfolie en kruid met peper en zout. Rooster ze 15 minuten in de voorverwarmde oven tot ze zacht en lichtgekleurd zijn. Haal ze eruit en zet de oven aan voor de uiteindelijke baktijd.
- 3.** Schil de aardappelen en snijd ze in plakken van 0,5 cm dik. Kook ze in gezouten water gedurende 8 minuten tot ze net beetbaar zijn. Giet af en laat afkoelen.
- 4.** Pel en snipper de uien fijn. Pel en hak de knoflook fijn. Verhit een scheut olijfolie in een ruime pan en stoof de ui op middelhoog vuur glazig, ongeveer 5 minuten. Voeg de knoflook toe en bak nog 1 minuut mee.
- 5.** Voeg de rode linzen, de tomatenblokjes, het kaneelpoeder, de oregano en 300 ml water toe. Roer alles goed door en laat 20 minuten zachtjes pruttelen op laag vuur tot de linzen gaar zijn en het mengsel een dikke saus vormt. Roer regelmatig en voeg indien nodig een scheutje extra water toe. Kruid goed bij met peper en zout.
- 6.** Maak de bechamel: smelt de boter op middelhoog vuur in een steelpan. Voeg de bloem in één keer toe en roer met een garde tot een gladde roux. Bak de roux 1 minuut al roerend, zodat de bloemsmak verdwijnt. Giet de melk er geleidelijk bij, al voortdurend roerend met de garde, tot een gladde, dikke saus ontstaat. Laat 2 tot 3 minuten zachtjes doorkoken. Kruid met nootmuskaat, peper en zout.
- 7.** Vet een diepe ovenschaal (circa 30 x 20 cm) in met olijfolie. Leg een laag aardappelplakken op de bodem. Verdeel de helft van de lizensaus erover. Leg vervolgens een laag aubergineplakken, daarna de rest van de lizensaus en sluit af met de resterende aubergineplakken. Giet de bechamel gelijkmatig over de bovenste laag en strijk glad. Strooi de geraspte kaas erover.

8. Bak de moussaka 50 minuten in de oven tot de bovenkant goudbruin en licht gekorrelt is.
9. Haal de schotel uit de oven en laat minstens 10 minuten rusten voor het aansnijden. Zo blijft de moussaka mooi in vorm bij het opscheppen.

Tip

Zout de aubergineplakken vooraf lichtjes en laat ze 20 minuten rusten op keukenpapier. Dep droog voor gebruik. Zo trekt het overtollige vocht eruit en wordt de smaak intenser.

Lekker met

Een frisse groene salade met komkommer, tomaat en olijven past hier uitstekend bij.

Dranktip

Een lichte Griekse rode wijn zoals een Agiorgitiko sluit mooi aan bij de kruidige lizensaus.

Ontdek meer recepten op [kookpot.be](https://www.kookpot.be)