



### **Moussaka mit Süsskartoffel, Aubergine, Zucchini und Linsen (auch ideal zum Aufwärmen)**

4-5 Süsskartoffeln, 2 Auberginen, 3 Zucchini, 2 frische Tomaten, 50 gr grüne Linsen, 600 ml Milch, geriebener Parmesan.

!!! Braucht ein wenig Vorbereitungszeit und schmeckt am besten, wenn es nach dem Backen noch etwas ruhen darf.

Die Linsen einweichen für 1-2 Stunden, gut waschen und in viel Wasser ca. 10-15 min weich kochen. Den Schaum abschöpfen! Die Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und ca. 10 min in etwas Salzwasser vorkochen. Die Zucchini und Auberginen in Scheiben in einer Pfanne braten (oder im Backofen).

Für die Tomatensauce 3 EL Olivenöl erhitzen, 1/2 TL Kurkuma, 1 Messerspitze Chilipulver, schwarzen Pfeffer und 1/2 TL Korianderpulver kurz anrösten, dann 1 TL Paprikapulver, 1 TL Salz, Basilikum/ Oregano/Thymian nach Belieben dazu, die gehackten Tomaten und etwas Tomatenmark, mit wenig Wasser aufgiessen und 20 min köcheln lassen. Die gekochten Linsen daruntertermischen.

Für die Bechamelsauce 600 ml Milch, 3 EL Mehl, 2-3 EL Olivenöl (oder etwas Butter), 1 TL Salz, Pfeffer, Muskatnuss verrühren und aufkochen.

In eine tiefe, gefettete Auflaufform Schichten legen: Kartoffel (1/3 der Menge), Auberginen und Zucchini (1/2 Menge), bisschen salzen, Tomaten-Linsen-Ragout löffelweise darauf verteilen. Dann wiederholen mit Kartoffeln, Auberginen, Zucchini, Linsenragout. Zum Schluss den Rest Kartoffeln und dann die Bechamelsauce. Mit Parmesan bestreuen.

Ca. 25 Minuten bei 180°C backen.