

Ο μουσακάς είναι αγαπημένο και διάσημο φαγητό της Ελληνικής κουζίνας, αλλά είναι και το δικό μου αγαπημένο. Το φτιάχνω πάντα όταν θέλω να περιποιηθώ τους καλεσμένους και την οικογένειά μου. Φήμες λένε ότι τον πετυχαίνω, τον κάνω ελαφρύ και πολύ νόστιμο. Ειδικά όταν τα λαχανικά είναι στην εποχή τους το καλοκαίρι, η γεύση του είναι απίστευτη. Ρόλο παίζει και η πλούσια μπεσαμέλ που τον καλύπτει και φυσικά η ιδανική αναλογία της σάλτσας κιμά. Δεν έχετε παρά να τον δοκιμάσετε!

### Τι θα χρειαστείτε

Για ταψί 30 x 40 εκ:

3-4 μεγάλες πατάτες (περίπου 1400 γρ.)

4-5 μεγάλες μελιτζάνες

5-6 μεγάλα κολοκύθια

Ελαιόλαδο για το ταψί και το τηγάνισμα

Για τον κιμά:

800-900 γρ. κιμάς μοσχαρίσιος

250 γρ. ντομάτα στον τρίφτη ή χυμός ντομάτας

1 μεγάλο κρεμμύδι ψιλοκομμένο

2 σκελίδες σκόρδο σε φετάκια

1 φύλλο δάφνης

1/2 κ.γλ. τριμμένο μπαχάρι

3-4 κ.σ. ελαιόλαδο

Αλάτι και πιπέρι

Για τη μπεσαμέλ:

130 γρ. βούτυρο ή μαργαρίνη

130 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.

1300 ml γάλα φρέσκο ή ελαφρά αραιωμένο εβαπορέ

Αλάτι

4-5 κ.σ. τριμμένο κεφαλοτύρι

1 αυγό

Τριμμένο μοσχοκάρυδο

Έξτρα κεφαλοτύρι για το πασπάλισμα

# Μουσακάς

## Εκτέλεση συνταγής

Κόβουμε σε χοντρές φέτες τα λαχανικά, πάχους περίπου 1,5-2 εκ.

Στο μεγάλο ταψί του φούρνου βάζουμε λίγο ελαιόλαδο και στρώνουμε τις μελιτζάνες. Ρίχνουμε λίγο αλάτι και τις ραντίζουμε με λίγο ελαιόλαδο. Τις ψήνουμε στο φούρνο στους 200°C μέχρι να μαλακώσουν, συνολικά περίπου μισή ώρα. Στο 20λεπτο τις γυρίζουμε να γίνουν και από τις δυο μεριές.

Ξεκινάμε τη σάλτσα του κιμά. Σωτάrouμε στο ελαιόλαδο πρώτα τον κιμά να καβουρδιστεί. Στη συνέχεια προσθέτουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο να γυαλίσουν, 1-2 λεπτά. Προσθέτουμε τη ντομάτα, το δαφνόφυλλο και το μπαχάρι. Ρίχνουμε αλάτι και πιπέρι, συμπληρώνουμε λίγο νερό και χαμηλώνουμε τη φωτιά. Σκεπάζουμε με το καπάκι και μαγειρεύουμε τον κιμά περίπου 30 λεπτά, να σωθούν τα πολλά υγρά και να έχουμε μια δεμένη ωραία σάλτσα.

Όσο μαγειρεύεται ο κιμάς τηγανίζουμε τις πατάτες, να μαλακώσουν αλλά όχι να παρατηγανιστούν, μέχρι να έχουν ένα ελαφρύ χρυσαφένιο χρώμα. Τις βγάζουμε και τις βάζουμε σε χαρτί κουζίνας να απορροφήσει το περιττό λάδι.

Τηγανίζουμε και τα κολοκύθια, επίσης να πάρουν ένα ελαφρύ χρώμα, ίσα-ίσα να μαλακώσουν. Τα βάζουμε και αυτά σε πιάτο με χαρτί κουζίνας. Κάθε δόση που βγαίνει από το τηγάνι βάζουμε και μια διπλή στρώση χαρτί κουζίνας, να τραβήξει το πολύ λάδι.

Εν τω μεταξύ θα έχουν γίνει και οι μελιτζάνες. Τις βγάζουμε από το φούρνο.

Στρώνουμε στο ταψί μας πρώτα τις πατάτες και τις αλατίζουμε ελαφρά. Συνεχίζουμε με τις μελιτζάνες προσθέτοντας ελάχιστο αλάτι, γιατί είχαμε βάλει και πριν. Τέλος στρώνουμε τα κολοκύθια. Τα λαχανικά μπορείτε να στρώσετε εναλλάξ κάθετα και οριζόντια, ώστε να αλληλοκαλύπτονται και να μην υπάρχουν κενά στο ταψί. Δείτε το βίντεο.

Στρώνουμε τη σάλτσα του κιμά και πασπαλίζουμε λίγο τριμμένο κεφαλοτύρι.

Ετοιμάζουμε τη μπεσαμέλ. Λιώνουμε το βούτυρο σε μέτρια προς χαμηλή φωτιά. Προσθέτουμε το αλεύρι και ανακατεύουμε καλά με σύρμα. Προσθέτουμε το γάλα σταδιακά, χλιαρό ή σε θερμοκρασία δωματίου. Ανακατεύουμε διαρκώς! Δεν φεύγουμε καθόλου, είμαστε συνέχεια πάνω από την κατσαρόλα. Μόλις η σάλτσα αρχίζει να δένει ρίχνουμε λίγο αλάτι, το κεφαλοτύρι, το μοσχοκάρυδο και τέλος το αυγό. Συνεχίζουμε να ανακατεύουμε και μόλις η σάλτσα αρχίζει να "σκάει" (κάνει μπουρμπουλήθρες) σβήνουμε το μάτι και τραβάμε την κατσαρόλα από τη φωτιά. Την αφήνουμε 1-2 λεπτά να σταθεί και στη συνέχεια την αδειάζουμε στο ταψί μας πάνω από τον κιμά, να καλυφθεί όλη η επιφάνεια. Πασπαλίζουμε με λίγο έξτρα κεφαλοτύρι.

Ψήνουμε το μουσακά στους 180°C στις αντιστάσεις για περίπου 1 ώρα και 15 λεπτά, ή μέχρι να πάρει ωραίο χρώμα η μπεσαμέλ.

Αφήνουμε το μουσακά να σταθεί τουλάχιστον 15 λεπτά και στη συνέχεια κόβουμε σε κομμάτια.

Σερβίρουμε με μια ωραία χωριάτικη σαλάτα με φέτα.

## Μουσακάς

### Βήμα προς Βήμα

- 1 Κόβουμε σε χοντρές φέτες τα λαχανικά, πάχους περίπου 1,5-2-εκ.
- 2 Στο μεγάλο ταψί του φούρνου βάζουμε λίγο ελαιόλαδο και στρώνουμε τις μελιτζάνες. Ρίχνουμε λίγο αλάτι και τις ραντίζουμε με λίγο ελαιόλαδο. Τις ψήνουμε στο φούρνο στους 200°C μέχρι να μαλακώσουν, συνολικά περίπου μισή ώρα. Στο 20λεπτο τις γυρίζουμε να γίνουν και από τις δυο μεριές.
- 3 Ξεκινάμε τη σάλτσα του κιμά. Σωτάρουμε στο ελαιόλαδο πρώτα τον κιμά να καβουρδιστεί. Στη συνέχεια προσθέτουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο να γυαλίσουν, 1-2 λεπτά. Προσθέτουμε τη ντομάτα, το δαφνόφυλλο και το μπαχάρι. Ρίχνουμε αλάτι και πιπέρι, συμπληρώνουμε λίγο νερό και χαμηλώνουμε τη φωτιά. Σκεπάζουμε με το καπάκι και μαγειρεύουμε τον κιμά περίπου 30 λεπτά, να σωθούν τα πολλά υγρά και να έχουμε μια δεμένη ωραία σάλτσα.
- 4 Όσο μαγειρεύεται ο κιμάς τηγανίζουμε τις πατάτες, να μαλακώσουν αλλά όχι να παρατηγανιστούν, μέχρι να έχουν ένα ελαφρύ χρυσαφένιο χρώμα. Τις βγάζουμε και τις βάζουμε σε χαρτί κουζίνας να απορροφήσει το περιττό λάδι.
- 5 Τηγανίζουμε και τα κολοκύθια, επίσης να πάρουν ένα ελαφρύ χρώμα, ίσα-ίσα να μαλακώσουν. Τα βάζουμε και αυτά σε πιάτο με χαρτί κουζίνας. Κάθε δόση που βγαίνει από το τηγάνι βάζουμε και μια διπλή στρώση χαρτί κουζίνας, να τραβήξει το πολύ λάδι.-
- 6 Εν τω μεταξύ θα έχουν γίνει και οι μελιτζάνες. Τις βγάζουμε από το φούρνο.
- 7 Στρώνουμε στο ταψί μας πρώτα τις πατάτες και τις αλατίζουμε ελαφρά. Συνεχίζουμε με τις μελιτζάνες προσθέτοντας ελάχιστο αλάτι, γιατί είχαμε βάλει και πριν. Τέλος στρώνουμε τα κολοκύθια. Τα λαχανικά μπορείτε να στρώσετε εναλλάξ κάθετα και οριζόντια, ώστε να αλληλοκαλύπτονται και να μην υπάρχουν κενά στο ταψί. Δείτε το βίντεο.
- 8 Στρώνουμε τη σάλτσα του κιμά και πασπαλίζουμε λίγο τριμμένο κεφαλοτύρι.
- 9 Ετοιμάζουμε τη μπεσαμέλ. Λιώνουμε το βούτυρο σε μέτρια προς χαμηλή φωτιά. Προσθέτουμε το αλεύρι και ανακατεύουμε καλά με σύρμα. Προσθέτουμε το γάλα σταδιακά, χλιαρό ή σε θερμοκρασία δωματίου. Ανακατεύουμε διαρκώς!
- 10 Δεν φεύγουμε καθόλου, είμαστε συνέχεια πάνω από την κατσαρόλα. Μόλις η σάλτσα αρχίζει να δένει ρίχνουμε λίγο αλάτι, το κεφαλοτύρι, το μοσχοκάρυδο και τέλος το αυγό. Συνεχίζουμε να ανακατεύουμε και μόλις η σάλτσα αρχίζει να "σκάει" (κάνει μπουρμπουλήθρες) σβήνουμε το μάτι και τραβάμε την κατσαρόλα από τη φωτιά.
- 11 Την αφήνουμε 1-2 λεπτά να σταθεί και στη συνέχεια την αδειάζουμε στο ταψί μας πάνω από τον κιμά, να καλυφθεί όλη η επιφάνεια. Πασπαλίζουμε με λίγο έξτρα κεφαλοτύρι.
- 12 Ψήνουμε το μουσακά στους 180°C στις αντιστάσεις για περίπου 1 ώρα και 15 λεπτά, ή μέχρι να πάρει ωραίο χρώμα η μπεσαμέλ.
- 13 Αφήνουμε το μουσακά να σταθεί τουλάχιστον 15 λεπτά και στη συνέχεια κόβουμε σε κομμάτια. Καλή απόλαυση!!