

Řecká musaka



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 1h 40min
Celkový čas: 2h 0min , Porce: 6

3110 kalorií , **2 g** cukrů , **180 g** tuků , **221 g** bílkovin

Autor: s.sy

Odkaz: <https://srecepty.cz/recka-musaka>

Příprava

Lilky očistíme, podélně nakrájíme na plátky a osolíme. Dáme na 30 min. odležet.
Nasekanou cibuli a česnek zpěníme na 2 lžících oleje. Přidáme maso a opečeme je. Přimícháme petrželku, rajčata a protlak. Osolíme a opeříme. Dusíme 15 min.
Oloupané brambory nakrájíme na plátky. Krátce je předvaříme v osolené vodě a vyjmeme. Lilky osušíme a opečeme na 2 lžících oleje. Troubu předehřejeme na 180 °C.
Z mouky a másla upražíme jíšku. Přilijeme mléko a provaříme. Dáme vychladnout. Do omáčky vmícháme jogurt, vejce a sýr. Osolíme a opeříme. Vymaštěnou formu vysypeme strouhankou a naplníme ji masem. Přikryjeme plátky brambor a lilků. Zalijeme omáčkou. Pečeme asi 50 min.

Ingredience

- 2 lilky
- 1 cibule
- lžíce soli
- 2 stroužky česneku
- 4 lžíce olivového oleje
- 750 g mletého masa
- 1 nasekaný svazek petrželky
- 2 lžíce rajčatového protlaku
- 800 g sterilovaných rajčat
- špetka pepře
- 450 g brambor
- 50 g hladká mouka
- 50 g másla
- 600 ml mléka
- 200 g bílého jogurtu
- 2 vejce
- 4 lžíce parmazánu/parmezánu
- 3 lžíce strouhanky

Kategorie

Obyčejný den, Řecká, Finančně náročnější, Klasika, Rodina, Hlavní chod

