

Ma moussaka végétarienne, tomates sucrées, aubergines grillées,
sauce crémeuse aux cèpes séchés et à la feta

MA MOUSSAKA VÉGÉTARIENNE, TOMATES SUCRÉES, AUBERGINES GRILLÉES, SAUCE CRÉMEUSE AUX CÈPES SÉCHÉS ET À LA FETA



Par

Jamie Oliver


Dans


Jamie's Ultimate Veg

INGRÉDIENTS :

- 40 g de cèpes séchés
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- Huile d'olive
- 1/2 bâton de cannelle
- 1 bouquet d'origan frais (30 g)
- 2 c. à soupe de vinaigre de vin rouge
- 2 grosses aubergines (400 g chacune)
- 1 kg de pommes de terre
- 2 boîtes de tomates olivettes de qualité (400 g chacune)
- 200 g de feta
- 2 gros œufs
- 500 ml de lait demi-écrémé
- 1 noix de muscade entière à gratter

PRÉPARATION :

 30 minutes

 90 minutes

 8 personnes

 Facile

RECETTE :

Ma moussaka végétarienne, tomates sucrées, aubergines grillées, sauce crémeuse aux cèpes séchés et à la feta.

1. Couvrez les cèpes séchés avec 500 ml d'eau bouillante. Pelez et émincez les oignons et l'ail. Versez 2 cuillères à soupe d'huile dans un grand faitout posé sur feu moyen/doux. Ajoutez la cannelle et faites revenir pendant 1 min, puis mettez l'oignon et l'ail. Parsemez les feuilles d'origan dessus, versez le vinaigre, puis laissez mijoter doucement à couvert pendant 20 min, ou jusqu'à coloration, en remuant régulièrement. Pendant ce temps, coupez les aubergines dans le sens de la longueur en tranches d'1 cm d'épaisseur, puis faites-les griller en plusieurs fois sur une poêle-gril.
2. Frottez les pommes de terre et coupez-les en tranches d'1 cm, puis mettez-les dans le faitout avec l'eau des cèpes, mais sans les cèpes, qui vous serviront plus tard. Écrasez les tomates dans le faitout, puis ajoutez l'équivalent d'1 boîte d'eau et poursuivez la cuisson sur feu moyen pendant 30 min en remuant régulièrement. Préchauffez le four à 200 °C (th. 6-7).
3. Transférez les cèpes dans un blender avec la moitié de la feta et les œufs. Ajoutez le lait et la moitié de la noix de muscade finement râpée, puis mixez jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse. Assaisonnez la sauce tomate à la perfection avec du sel marin et du poivre noir, puis versez-en la moitié dans un plat à four de 25 x 35 cm, couvrez avec la moitié des aubergines, puis 4

Ma moussaka végétarienne, tomates sucrées, aubergines grillées,
sauce crémeuse aux cèpes séchés et à la feta

cuillère à soupe de sauce crémeuse aux cèpes. Répétez l'opération et terminez par la sauce crémeuse. Émiettez le reste de feta dessus. Enfourez pour 40 min, ou jusqu'à ce que la moussaka soit dorée et bouillonnante.

4. Délicieux servi avec une salade verte agrémentée d'une vinaigrette au citron.

+ Je remplace parfois la feta par de l'halloumi râpé. J'aime aussi faire griller des rubans de courgettes avec les aubergines.

Calories : 311 kcal, **matières grasses** : 11,6 g, **acides gras saturés** : 5,2 g, **protéines** : 14,6 g, **glucides** : 40 g, **sucres** : 13,4 g, **sel** : 0,8 g, **fibres** : 5,6 g.



Recette issue du livre **VEG** par **Jamie Oliver** aux **éditions Hachette Pratique**.