

# روش تهیهی موساکا؛ غذای یونانی

موساکا غذایی یونانی مخلوط از بادمجان، مایه گوشتی و پنیر پیتزا می‌باشد. این غذا خوشمزه، خوش خوراک و البته پرکالری است. در ادامه مطلب با مواد لازم و طرز تهیه موساکا آشنا می‌شوید.



## مواد لازم برای ۴ نفر

۸۰۰ گرم	بادمجان
۲۵۰ گرم	گوشت چرخ کرده
۲ قاشق غذاخوری	رب گوجه فرنگی
۱ عدد، رنده یا ریز خرد شده	پیاز متوسط
۱ قاشق چای خوری	آویشن
۱ قاشق مرباخوری	پودر تخم گشنیز
به مقدار لازم	نمک و فلفل
۱ عدد، ریز شده (به دلخواه)	فلفل دلمه کوچک
دو سوم پیمانه	ماست
۱ عدد	تخم مرغ
۱۰۰ گرم	پنیر پیتزا

## طرز تهیه:



**مرحله ۱ -** بادمجان‌ها را شسته، پوست گرفته و حلقه حلقه کرده، سپس سرخ کنید. بعد از سرخ کردن آن‌ها را در آبکش گذاشته و یا روی کاغذ مخصوص آشپزخانه قرار داده تا روغن اضافی آن گرفته شود.

**مرحله ۲ -** در تابه ای کمی کره یا روغن ریخته و پیاز را به آن افزوده، تفت دهید.

**مرحله ۳ -** گوشت را به پیاز افزوده و تفت داده تا رنگ آن عوض شود، سپس آویشن، پودر تخم گشنیز، نمک و فلفل را اضافه کنید.



**مرحله ۴ -** رب را به مخلوط گوشت افزوده و با حرارت ملایم تفت دهید تا گوشت پخته شود، در صورت نیاز کمی آب به مخلوط افزوده و اجازه دهید پخته شود. (در صورت استفاده از فلفل دلمه در این مرحله اضافه کنید)

**مرحله ۵ -** نیمی از بادمجان‌ها را در ظرف مورد نظر و مخصوص فر چیده، مایه گوشتی آماده شده را روی بادمجان‌ها پخش کنید و مابقی بادمجان‌ها را روی گوشت قرار دهید.

**مرحله ۶ -** تخم مرغ و ماست را مخلوط کرده، روی مواد بریزید و در نهایت با پنیر پیتزا روی مواد را بپوشانید.

**مرحله ۷ -** ظرف را در فر از قبل گرم شده با حرارت ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد به مدت ۳۰ دقیقه قرار دهید و سپس گرم سرو نمایید.