Mousange

Mousagne….. Wat!?? Ja, een ovenschotel huwelijk tussen de moussaka en lasagne. En ik kan jullie vertellen, deze past prima!

Wij zijn dol op lasagne maar ik vind dat we dan te weinig groenten eten en teveel pasta (koolhydraten). Dus er moest een combi komen.

Voor de moussaka rooster ik altijd veel courgettes. En dit heb ik nu ook gebruikt voor de lasagne die vanaf nu dus mousage heet.

Voor 6-8 personen

Bereidingstijd 1,5 uur (inclusief oventijd)

Ingrediënten

- 800 gram rundergehakt
- 4-6 uien
- 2 teentjes knoflook
- 4 a 5 verse tomaten of 1 blik tomatenstukjes
- 1 blikje tomatenpuree (70 gram)
- 6 courgettes
- 10 tot 12 lasagnevellen
- 3 eetlepels verse oregano (of 1,5 eetlepel gedroogde oregano)
- 1 kleine eetlepel verse tijm (of 1 theelepel gedroogde tijm)
- 1 kleine eetlepel verse rozemarijn (of 1 theelepel gedroogde rozemarijn)

- 1 eetlepel verse basilicum (of 1 theelepel gedroogde basilicum)
- Peper en zout naar behoefte
- Olijfolie voor bakken
- 100 gram geraspte oude kaas (of parmezaanse of wat jij lekker vindt)

Ingrediënten bechamelsaus

- 100 gram boter
- 100 gram bloem
- 1 ltr halfvolle melk

Bereiding

Verwarm de oven op 200 graden.

Snipper de uien en knoflook fijn (of doe t in de keukenmachine). Verwarm een scheut olijfolie in een hapjespan of pan met dikke bodem en fruit de ui/knoflook aan.

Voeg het gehakt toe en bak dit rul mee.

Als het gehakt gaar is dan kan de tomatenpuree en tomaten erbij (vergeet niet deze eerst in stukjes te snijden of open een blik tomatenstukjes).

Snij alle kruiden fijn en voeg deze samen met zout en peper toe.

Laat dit geheel ongeveer 10 minuten op laag vuur (zonder deksel) pruttelen.

Proef en kijk of er nog wat zout/peper bij moet.

Terwijl de saus staat te pruttelen, snij je de courgettes in dunne plakken (ongeveer 1/2 cm dik).

Verdeel deze over 2 bakplaten (bekleed met bakpapier), strooi er een beetje zout overheen (dit zorgt ervoor dat er meer vocht uit de courgettes komt en verdampt) en laat dit alles ongeveer 25-30 minuten roosteren in de oven.





Het is nu tijd om de ovenschaal op te bouwen.

Start met een superdun laagje gehakt.

Hier bovenop 1 laag lasagnevellen

Dan de helft van het gehakt verdelen over deze vellen.

Vervolgens alle courgetteschijfjes dakpansgewijs verdelen over de schaal.

Hierna de rest van het gehakt en afsluiten met wederom een laag lasagnevellen.

Zet de schaal even apart en maak de bechamelsaus.

Giet deze over de lasagnevellen, als laatste een topping van geraspte kaas.

Verwarm de oven voor op 180 graden en laat de mousagne in ongeveer 25-30 minuten afbakken.

Eet smakelijk met een lekkere groene salade als sidedish!