

# MOUSSAKA SANS VIANDE

PORTIONS 6

## INGRÉDIENTS

- 1 à 2 grosses aubergines, coupées en 12 tranches de 1 cm (1/2 po) sur la longueur
- 150 ml (2/3 tasse) d'huile d'olive, environ
- 1 paquet de 340 g de tofu broyé
- 1 canne de légumineuse
- 1 c. à soupe de sauce soya
- 1 c. à soupe de bouillon de boeuf en poudre
- 1 feuille de laurier
- 1 oignon, haché finement
- 5 ml (1 c. à thé) de cannelle
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de muscade
- 1 pincée de thym séché
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 1 c. à soupe de vinaigre de vin
- ½ t d'eau
- 1 boîte de 398 ml (14 oz) de tomates en dés
- 60 ml (1/4 tasse) de persil plat ciselé
- 90 ml (6 c. à soupe) de chapelure
- Sel et poivre



## *Béchamel*

- 45 ml (3 c. à soupe) de beurre
  - 45 ml (3 c. à soupe) de farine tout usage
  - 375 ml (1 1/2 tasse) de lait
  - 1 oeuf
  - 125 ml (1/2 tasse) de fromage parmigiano reggiano râpé
  - Une pincée de muscade moulue
-

---

## **PRÉPARATION**

1. Préchauffer le four à 400 C.
2. Huiler et saler les tranches d'aubergines. Les disposer dans une plaque allant au four et enfourner pendant 10 minutes. Retourner les tranches et remettre au four 10 minutes. Réserver sur une assiette.
3. Dans une grande poêle, dorer le tofu broyé avec la sauce soya, le bouillon de bœuf en poudre, la feuille de laurier, l'oignon et les épices dans le reste de l'huile en défaisant à la cuillère de bois. Ajouter l'ail et poursuivre la cuisson 1 minute. Saler et poivrer. Ajouter le vinaigre et l'eau. Porter à ébullition et laisser réduire presque à sec. Ajouter les tomates et le persil. Porter à ébullition. Retirer du feu. Ajouter 60 ml (1/4 tasse) de chapelure et bien mélanger. Rectifier l'assaisonnement. Réserver.

### ***Béchamel***

3. Dans une casserole, fondre le beurre. Saupoudrer la farine et cuire 1 minute en remuant. Ajouter le lait et porter à ébullition en remuant à l'aide d'un fouet. Retirer la casserole du feu et ajouter le fromage, l'oeuf et la muscade. Saler et poivrer. Réserver.
4. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 200 °C (400 °F)

### ***Montage***

5. Beurrer un grand plat de cuisson d'environ 33 X 23 cm (13 X 9 po). Saupoudrer avec 15 ml (1 c. à soupe) de chapelure.
6. Sur chaque tranche d'aubergine, répartir environ 75 ml (1/3 tasse) du mélange de sans-viande. Enrouler et déposer dans le plat de cuisson. Couvrir de béchamel. Saupoudrer du reste de chapelure. Cuire au four environ 25 minutes ou jusqu'à ce que la béchamel soit dorée.

