

Moussaka libanaise végétarienne (msaka'a) ⑦ ⑧

🍴 4 portions · ⌚ prep. 20m · 🕒 cuisson 40m

La vraie moussaka libanaise : aubergines frites en couches avec pois chiches, sauce tomate au cumin et à la coriandre, persil frais généreux et jus de citron. Traditionnellement sans viande et sans béchamel — un plat levantin végétarien par nature.

Moyen-Orient / Levant / Liban

INGRÉDIENTS

☐ aubergines	3	☐ persil frais haché	30 g
☐ huile		☐ piment rouge en poudre	1 càc
☐ oignon, <i>haché</i>	1	☐ cumin moulu	1 càc
☐ huile d olive extra vierge	60 ml	☐ coriandre moulue	1 càc
☐ gousses d ail, <i>émincées</i>	3	☐ pois chiches cuits	165 g
☐ tomates, <i>pelées et en dés</i>	4	☐ jus de citron	1

PRÉPARATION

1. Trancher les *aubergines* et les faire frire dans l'*huile* de friture jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Égoutter sur du papier absorbant.
2. Faire revenir l'*oignon* dans l'*huile d olive extra vierge* jusqu'à ce qu'il soit doré.
3. Ajouter les *gousses d ail*, les *tomates*, le *persil frais haché*, le *piment rouge en poudre*, le *cumin moulu* et la *coriandre moulue*. Saler et poivrer. Laisser mijoter jusqu'à épaississement de la sauce.
4. Dans un *plat allant au four*, disposer en couches : aubergines frites, *pois chiches cuits*, sauce tomate. Répéter jusqu'à épuisement des ingrédients.
5. Cuire au *four* à 180 °C pendant 20-30 minutes.
6. Arroser du *jus de citron* avant de servir.

Servir chaud avec des quartiers de citron, du pain pita ou du riz.

traditionnel