

# ΣΑΕΚ ΠΕΙΡΑΙΑ

---

ΜΑΘΗΜΑ: ΤΕΧΝΙΚΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ

ΘΕΜΑ: ΜΟΥΣΑΚΑΣ

ΟΝΟΜΑ: ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΜΑΡΘΑΛΑΜΑΚΗΣ/Κοτοπουλης Αθανασίος

ΕΤΟΣ: 2025

## Μουσακάς Παραδοσιακός

### Υλικά

Για τις στρώσεις:

- 6-8 μελιτζάνες φλάσκες
- 2 kg πατάτες
- Ελαιόλαδο για ψήσιμο ή τηγάνισμα
- Αλάτι, πιπέρι

Για τον κιμά:

- 2kg κιμά μοσχαρίσιο (ή μισό μοσχάρι – μισό αρνί)
- 1 μεγάλο κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 2 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένες
- 1 kg . ντομάτα τριμμένη ή κονκασέ
- 1 κ.σ. πελτέ ντομάτας
- ½ . λευκό κρασί
- 1 κ.γ. ζάχαρη
- ½ κ.γ. κανέλα (ή ένα ξυλάκι)
- Λίγο μοσχοκάρυδο (προαιρετικά)
- Αλάτι, πιπέρι, ελαιόλαδο

Για τη μορνεϊγ :

- 3λίτρο γάλα
- 300 γρ. βούτυρο
- 300 γρ. αλεύρι
- 4 κρόκοι αυγών
- 300 γρ. τριμμένη κεφαλογραβιέρα
- Μοσχοκάρυδο, αλάτι, πιπέρι

### Εκτέλεση

#### 1 Προετοιμασία λαχανικών

- Κόβουμε τις μελιτζάνες σε φέτες 1 εκ., τις αλατίζουμε και τις αφήνουμε 30 λεπτά να ξεπικρίσουν.
- Κόβουμε τις πατάτες σε φέτες.
- Ψήνουμε ή τηγανίζουμε ελαφρά πατάτες και μελιτζάνες ώσπου να ροδίσουν.

#### 2 Σάλτσα κιμά

- Σοτάrouμε το κρεμμύδι και το σκόρδο σε ελαιόλαδο.
- Προσθέτουμε τον κιμά και ανακατεύουμε μέχρι να αλλάξει χρώμα.
- Σβήνουμε με κρασί και αφήνουμε να εξατμιστεί.
- Προσθέτουμε ντομάτα, πελτέ, ζάχαρη, κανέλα, αλάτι και πιπέρι.
- Μαγειρεύουμε 25-30 λεπτά μέχρι να δέσει η σάλτσα.

### 3 Μορνειγ

- Σε κατσαρόλα λιώνουμε το βούτυρο, ρίχνουμε το αλεύρι και ανακατεύουμε 2 λεπτά.
- Προσθέτουμε σταδιακά το γάλα(εφόσον το έχουμε αρωματίσει με μοσχοκάρυδο) ανακατεύοντας συνεχώς ώσπου να πήξει.
- Κατεβάζουμε από τη φωτιά, προσθέτουμε κρόκους,χτυπημένους , τυρί, μοσχοκάρυδο, αλάτι, πιπέρι.

### 4 Συναρμολόγηση

- Στρώνουμε πατάτες στο ταψί.
- Ρίχνουμε τον κιμά και στρώνουμε ομοιόμορφα
- Στρώνουμε και τις μελιτζάνες.
- Ρίχνουμε από πάνω τη μορνειγ και πασπαλίζουμε με λίγο τυρί.

### Tips

Ενδιάμεσα μπορούμε να ρίχνουμε τυρί (ενταμ τριμμένο)

### 5 Ψήσιμο

- Ψήνουμε στους 180°C για 30-35 λεπτά, μέχρι να ροδίσει η επιφάνεια.
- Αφήνουμε να σταθεί 30 λεπτά πριν το κόψουμε.