

## MOUSSAKA VÉGÉTARIENNE

Nombre de portions : 4	Temps de préparation : 25 minutes
	Temps de cuisson : 45 minutes

### Ingrédients :

- 1 **oignon** haché
- 2 gousses d'**ail** hachées
- 15 ml (1 c. à table) d'**huile d'olive**
- 175 ml (¾ tasse) de protéine végétale texturée (PVT)
- 75 ml (1/3 tasse) de **pâte de tomates**
- 75 ml (1/3 tasse) de **farine tout usage** divisée
- 30 ml (2 c. à table) de **moutarde de Dijon**
- 30 ml (2 c. à table) de **sauce soya réduite en sodium**
- 10 ml (2 c. à thé) de **cannelle moulue**
- 375 ml (1½ tasse) de **lait** ou de **boisson végétale** nature au choix
- 5 ml (1 c. à thé) de **muscade**
- **Sel et poivre** au goût
- 1 (grosse) **aubergine** tranchée en fines tranches de 0,5 cm (¼ po)
- 250 ml (1 tasse) de **fromage cheddar fort** râpé

### Béchamel

Dans une petite casserole hors du feu, fouetter le lait avec 60 ml (¼ de tasse) de farine et la muscade. Bien délayer la farine. Poivrer généreusement et ajouter une pincée de sel. Porter à ébullition sur un feu moyen en remuant constamment. Cuire environ 1 minute après l'apparition des premiers bouillons ou jusqu'à ce que la sauce épaisse. Retirer du feu et réserver.

### Méthode

Préchauffer le four à 425 °F.

Chauffer l'huile dans une petite casserole et y faire cuire l'oignon, l'ail et la protéine végétale texturée 5 minutes en remuant.

Ajouter la pâte de tomates, 15 ml (1 c. à table) de la farine, la moutarde, la sauce soya et la cannelle. Bien mélanger.

Verser 250 ml (1 tasse) d'eau, mélanger et poursuivre la cuisson 1 minute. Retirer du feu et réserver.

## MOUSSAKA VÉGÉTARIENNE (SUITE)

Dans un plat à cuisson de 8 x 8 po, répartir des tranches d'aubergine pour couvrir le fond

Répartir le tiers du mélange de PVT sur les aubergines puis, répéter en alternance de façon à obtenir 7 étages.

Verser la béchamel sur le dessus, recouvrir de fromage et cuire au four à 425 °F environ 10 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit doré.

Griller au four si nécessaire.

**Bon appétit!**

Source : Adaptée de : <http://savourer.ca/recette/moussaka-vegetarienne/>