



Preparación:

- Corte las berenjenas en rodajas de 1 cm de grosor, añádale sal por ambos lados y déjelas reposar durante 15-20 minutos en un colador.
- Mientras tanto, pele la cebolla y el ajo y píquelos. Lave el perejil, arranque las hojas y píquelas. Aparte una pequeña porción del perejil picado.
- Añada 2 c. s. de aceite de oliva en la olla del AutoCook. Seleccione el programa **Sofreír** y la opción **Medio**. Pulse el botón de **Inicio**.
- Divida la carne picada en 2 raciones y frías las en la olla del AutoCook con la **tapa abierta** unos 7-8 minutos cada una, hasta que se desmenuce y empiece a dorarse. Trocee con la espátula los trozos de carne picada más grandes y no los remueva hasta que la carne se haya dorado ligeramente por la parte inferior. Sofría cada una de las raciones de carne con un poco de aceite de oliva.
- Saque la carne picada ya sofrita del AutoCook y échela en una fuente aparte. Mézclela con los tomates, el orégano, las cebollas, el ajo y el perejil, añada sal y pimienta y vuelva a remover.
- Seque las berenjenas con un papel absorbente, coloque una capa en la olla del AutoCook y rocíelas ligeramente con aceite de oliva. Ponga encima una capa fina de carne picada, luego otra capa de berenjenas, otra de carne picada y termine con una capa de berenjenas.
- Mezcle en una fuente el huevo, el yogur o la crème fraîche y el queso rallado. Vierta esta mezcla sobre las berenjenas distribuyéndola bien. **Cierre la tapa**.
- Seleccione el programa **Cocer** y la opción **Largo** y pulse el botón de **Inicio**.
- Abra la tapa en cuanto suene la señal. Antes de servir la Moussaka, decórela con el perejil reservado.

MOUSSAKA

Ingredientes:



700 g de carne picada mezclada (ternera y cerdo)



1 kg de tomates troceados



2 berenjenas grandes



1 cebolla grande



2 dientes de ajo



200 g de yogur griego (10%) o crème fraîche



1 manojo de perejil



6 c. s. de aceite de oliva



1 c. s. de orégano seco



3 c. s. de queso parmesano



1 huevo



Sal, pimienta recién molida

RACIONES: 8

Programa: Sofreír medio, Cocer largo

Calorías por ración: 464 kcal

Tiempo de cocción (sin precalentamiento):

AutoCook - 1 h 20 min.

AutoCook Pro - 1 h 20 min.