

Menugang
Hoofdgerecht

Aantal personen
4 personen

Bereidingstijd
60 minuten

Benodigdheden
Kookplaten
Ovens

Ingrediënten

Aubergines

- 2 grote aubergines
- 1 tl Ras al Hanout
- Olijfolie
- Zout

Vulling

- 500 gr. Rundergehakt
- ½ ui, fijngesneden
- 1 teentje knoflook, fijngehakt
- 1 blik tomatenblokjes
- ½ tl kaneel
- ½ tl chilipoeder

- ½ tl venkelzaad
- 1 tl oregano
- Zout en peper
- Olijfolie om in te bakken

Feta béchamel

- 30 gr. boter
- 30 gr. bloem
- 300 ml melk
- 200 gr. feta, verkruid
- 1 eigeel
- Snufje nootmuskaat
- Peper naar smaak
- 2 stengels bosui

Bereidingswijze

Aubergines voorbereiden

1. Verwarm de oven voor op 200°C, 4D hetelucht.
2. Snijd de aubergines in de lengte doormidden. Snijd met een mes een ruitpatroon in het vruchtvlees, zonder door de schil heen te gaan en maak een 'papje' van de olijfolie, Ras al Hanout en zout.
3. Leg de aubergines met de snijkant naar boven op een met bakpapier beklede bakplaat. Bestrijk de aubergines met het Ras al Hanout 'papje'.
4. Rooster de aubergines 25 tot 30 minuten tot het vruchtvlees zacht is.
5. Laat de aubergines iets afkoelen en hol ze dan voorzichtig uit met een lepel, waarbij je een rand van ongeveer 1 cm laat zitten.
6. Hak het uitgehaalde vruchtvlees grof en zet opzij.

Vulling maken

1. Verhit wat olijfolie in een koekenpan en fruit de ui en knoflook tot ze glazig zijn.
2. Voeg het gehakt toe en bak het rul.
3. Voeg het gehakte auberginevruchtvlees, de tomatenblokjes, venkelzaad, chili, kaneel en oregano toe. Breng op smaak met zout en peper.
4. Laat het geheel 15 tot 20 minuten sudderen tot de saus dik is. Proef en pas eventueel de smaak aan.

Feta-béchamel

1. Smelt de boter in een pannetje. Voeg de bloem toe en roer 1 minuut op laag vuur tot een roux.
2. Voeg de melk toe en roer goed met een garde tot je een gladde saus hebt.
3. Laat de saus iets indikken en haal de pan van de plaat.
4. Voeg de helft van de verkruidde feta toe en roer tot deze grotendeels is gesmolten.
5. Klop het eigeel los en meng het snel door de warme saus. Zorg dat de saus niet meer kookt.

6. Breng op smaak met nootmuskaat en peper.

Samenstellen en bakken

1. Vul de uitgeholde auberginehelften met het gehaktmengsel.
2. Schep de feta-béchamel eroverheen en strijk eventueel glad.
3. Bestrooi met de resterende feta.
4. Zet de gevulde aubergines in een ovenschaal en bak ze nog 20 minuten op 200°C , 4D hetelucht, tot de bovenkant goudbruin is.
5. Garneer met fijngesneden bosui.