



Pastitsio - Griechischer Makkaroni-Auflauf

Pastitsio ist so etwas wie die griechische Variante der italienischen Lasagne. Sie wird mit Makkaroni, statt mit Teigplatten zubereitet. Die Pasta wird zusammen mit Fleisch an einer Tomatensauce in eine Gratinform eingeschichtet und mit einer Sauce Mornay (Béchamel mit Käse) überbacken. Für das typische Pastitsio wird sie mit etwas Zimt und Piment gewürzt.

Man kann Hackfleisch verwenden, oder die bessere Variante, ein gut geschmortes Ragout, das so weich ist, dass es sich mit einer Gabel zerteilen lässt. Auch bereits gekochtes Fleisch von einer Suppe oder einem Ragout ist gut geeignet, allenfalls muss es nochmals nachgekocht werden. Und natürlich kann man auch kleingeschnittenes Gemüse, z.B. Fenchel oder Rüebl mitkochen.

Statt Makkaroni habe ich Candele lunghe verwendet, das sind lange Röhren mit grösserem Durchmesser und dünneren Wänden als Makkaroni.

Zutaten (2 Portionen)

300g	Rindsrippe mit Knochen (zu grossen Würfeln geschnitten)
2dl	Rindsbouillon
1dl	Passata di Pomodoro
1	Lorbeerblatt
1	Knoblauchzehe
1Tl	Rosmarin getrocknet
100g	Fenchel
100g	Candele Lunghe
	Bratbutter

Sauce Mornay:

15g	Tafelbutter
-----	-------------

15g	Weissmehl
1,5dl	Milch
2-3Msp	Zimt
2-3Msp	Piment
50g	Greyerzer gerieben
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Candele Lunghe zu ca. 6cm langen Stücken brechen und in Salzwasser gar kochen. Abgiessen und mit etwas Öl vermischen, damit sie nicht aneinanderkleben.

Knoblauchzehe grob hacken. Fenchel zu kleinen Würfeln schneiden.

Rindsbouillon und Passata zusammen mit dem Lorbeerblatt, dem Knoblauch und Rosmarin aufkochen. Rindsrippe zugeben und zugedeckt köcheln lassen bis sie das Fleisch mit einer Gabel zerzupfen lässt (min. 2 Stunden).

Fleisch aus der Sauce nehmen und mit einer Gabel zerzupfen. Dabei die Knochen und Fettschichten entfernen. Zusammen mit dem Fenchel in die Sauce zurückgeben und köcheln lassen bis der Fenchel weich und die Sauce etwas eingekocht ist. Sauce mit Pfeffer abschmecken.

Nebenher die Sauce Mornay zubereiten:

Die Butter erhitzen bis sie leicht aufschäumt. Mehl zugeben und verrühren bis ein homogener Brei entsteht. Milch (zuerst langsam) zugliessen und mit dem Schwingbesen gut verrühren. Mit Zimt und Piment würzen. 10 bis 15 Minuten leicht köcheln lassen, damit der Mehlgeschmack verschwindet, dabei öfters aufrühren. Käse zugeben und gut verrühren, mit Pfeffer und ev. Salz abschmecken.

Ofen auf 200° vorheizen.

Eine Gratinform ausbuttern, 1/3 der Candele lunghe einschichten. Fleisch daraufgeben und den Rest der Pasta darauf verteilen. Sauce Mornay darübergliessen.

In der Mitte des Ofens ca. 15 bis 20 Minuten überbacken.









