

Griechisches Pastitsio

Wärmend. Aromatisch. Würzig. Wer Nudelauflauf mag, wird Pastitsio lieben. Der griechische Auflauf zählt zu den bekanntesten griechischen Gerichten, wird als Hausmannskost aber ebenso in zahlreichen Restaurants und Tavernen serviert. Traditionell aus drei Komponenten zubereitet, begeistert Pastitsio mit einer verführerischen Mischung aus Makkaroni, Tomatensauce und Béchamelsauce. Die wichtigste Zutat für ein authentisches Rezept: Kefalotyri Käse. Das Ergebnis? Wahres Soulfood.



Griechisches Pastitsio | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (8 Personen): 800 Gramm Hackfleisch | 800 Gramm gehackte Tomaten | 250 Gramm Zwiebeln | 4 Zehen Knoblauch | 2 Esslöffel Olivenöl | 200 Gramm Tomatenmark | 200 Milliliter Rotwein | 2 Lorbeerblätter | 3 Esslöffel Salz | 1 Teelöffel Pfeffer | 1 Esslöffel Oregano | 2 Esslöffel Zucker | 1,5 Teelöffel geriebene Muskatnuss | Zimtstange | Petersilie | 1 Liter Milch | 150 Gramm Butter | 100 Gramm Kefalotyri Käse | 6 Eier | 8 Esslöffel Mehl | 400 Gramm Makkaroni



Griechisches Pastitsio | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (4 Stunden): 1. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein hacken und in Olivenöl glasig braten. 2. Hackfleisch dazugeben und krümelig braten, dann Tomatenmark untermengen und mitrösten. 3. Mit Rotwein ablöschen dann 2,5 Esslöffel Salz, Pfeffer, Oregano, Zucker, einen halben Teelöffel Muskatnusspulver sowie eine Zimtstange hinzugeben und auf kleiner Flamme zwei Stunden köcheln lassen. 4. Dann Petersilie hacken und untermengen. 5. Ofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. 6. Butter schmelzen, dann Mehl einrühren und schluckweise die Milch einrühren, bis eine sämige Sauce entsteht. 7. 50 Gramm Käse, vier verquirlte Eier, einen Esslöffel Salz und einen Teelöffel Muskatnuss unterrühren. Sauce warm halten. 8. Makkaroni al dente kochen, abschütten, dann mit dem restlichen Käse und zwei verquirlten Eiern mischen. 9. Makkaroni in eine Ofenform geben und gleichmäßig verteilen. 10. Tomatensauce über die Makkaroni geben, dann die Béchamelsauce oben auf geben. 11. Pastitsio zehn Minuten bei 220 Grad, dann zehn Minuten bei 180 Grad und anschließend weitere 15 Minuten bei 150 Grad backen. 12. Pastitsio vor dem Anschneiden mindestens 30 Minuten auskühlen lassen.

Hierzu passen hervorragend: [Kalamata-Oliven in Balsamico](#) und [Panierter Feta](#)!

Jetzt noch mehr [griechische Rezepte](#) wie meine [Griechische Moussaka](#) oder weitere [Rezepte mit Auberginen](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 842 Kalorien | 47,6 Gramm Fett | 65,6 Gramm Kohlenhydrate | 42,7 Gramm Eiweiß