18 Ιουνίου 2014

Μουσακάς με κρέμα πατάτας

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Νηστίσιμο φαγητό με όλη τη γεύση!

Εκτέλεση

1. Πλένουμε και κόβουμε τις μελιτζάνες σε φέτες. Τις βάζουμε σε κρύο νερό με αλάτι για 10΄,για να μην ρουφήξουν πολύ λάδι στο τηγάνισμα. Μπορούμε αντί να τις τηγανίσουμε, να τις ψήσουμε στο φούρνο αφού τις λαδώσουμε ελαφρά. Στραγγίζουμε καλά και τις σκουπίζουμε να φύγουν τα υγρά.
2. Τηγανίζουμε σε ελαιόλαδο μέχρι να πάρουν ένα ελαφρύ ξανθό χρώμα και από της δύο πλευρές και της βάζουμε σε απορροφητικό χαρτί.
3. Πλένουμε και ψιλοκόβουμε τα μανιτάρια. Σε μια κατσαρόλα ρίχνουμε ελαιόλαδο, τα κρεμμύδια και τα αφήνουμε σε μέτρια φωτιά μέχρι να μαλακώσουν για 4΄. Στην συνέχεια ρίχνουμε τα μανιτάρια και τα αφήνουμε να σιγοβράσουν μέχρι να πιουν τα υγρά τους. Προσθέτουμε τη ντομάτα, αλάτι πιπέρι και το ξύλο της κανέλας. Τα αφήνουμε να βράσουν μέχρι να δέσει η σάλτσα.
4. Αλείφουμε ένα τετράγωνο ταψί με ελαιόλαδο και πασπαλίζουμε με 4 κ.σ φρυγανιά. Στρώνουμε τις μελιτζάνες και τα μανιτάρια.
5. Για την κρέμα: σε μια κατσαρόλα ρίχνουμε το ζωμό λαχανικών και αφήνουμε να κάψει αλλά όχι να βράσει. Κατεβάζουμε από την φωτιά και ρίχνουμε τις νιφάδες της πατάτας ανακατεύουμε σιγά-σιγά μέχρι να διαλυθούν καλά. 6. Σε μια άλλη

κατσαρόλα ρίχνουμε το ελαιόλαδο, το αλεύρι και σε μέτρια φωτιά ανακατεύουμε μέχρι να γίνει ξανθό. Αδειάζουμε σιγά σιγά το πουρέ και ανακατεύουμε. Αφήνουμε μέχρι να δέσει η κρέμα. Τέλος ρίχνουμε το μοσχοκάρυδο, αλάτι και πιπέρι.
7. Απλώνουμε την κρέμα στις μελιτζάνες. Πασπαλίζουμε με την υπόλοιπη γαλέτα και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180ºC για 40΄ μέχρι να ροδίσει η επιφάνεια.
Μερίδες: 10
Χρόνος Προετοιμασίας: 40 λεπτά
Χρόνος Ψησίματος: 60 λεπτά
Υλικά συνταγής
1 κιλό μελιτζάνες φλάσκες 1½ πακέτο μανιτάρια φρέσκα καθαρισμένα και ψιλοκομμένα 4 ώριμες ντομάτες ψιλοκομμένες 2 κρεμμύδια ψιλοκομμένα 1/2 φλ. ελαιόλαδο 1 ξύλο κανέλας λάδι για το τηγάνισμα 1½ φλ . φρυγανιά τριμμένη αλάτι πιπέρι Για την κρέμα 5 φλ. ζωμό λαχανικών 3/4 φλ. νιφάδες πατάτας για πουρέ 1/2 φλ. ελαιόλαδο 3/4 φλ. αλεύρι για όλες της χρήσεις μοσχοκάρυδο τριμμένο αλάτι φρεσκοτριμμένο λευκό πιπέρι
Πηγή: .argiro.gr