10 Μαρτίου 2016

Νηστίσιμα λαζάνια με πλούσια κρέμα και σάλτσα

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Υλικά συνταγής

- **16**λαζάνια
- **1/4 φλ.**ελαιόλαδο
- **1 κιλό** μανιτάρια φρέσκα ψιλοκομμένα
- **2**κρεμμύδια ψιλοκομμένα
- **1-1/2 φλ.** καρύδια ψιλοκομμένα, όχι αλεσμένα
- **2 συσκευασίες**ψιλοκομμένες ντομάτες
- αλάτι, πιπέρι
- λίγο τυρί νηστίσιμο (προαιρετικά)
- Για τη νηστίσιμη μπεσαμέλ
- **100 γρ.**μαργαρίνη ή λάδι
- **100 γρ.**αλεύρι
- **1 λίτρο** γάλα σόγιας ή ζωμός λαχανικών
- λίγο μοσχοκάρυδο
- αλάτι

Εκτέλεση
1.**Για τη σάλτσα μανιταριών**
Ζεσταίνουμε το λάδι σε δυνατή φωτιά και σοτάρουμε τα μανιτάρια. Αφήνουμε να πιουν τα υγρά τους. Βάζουμε τα κρεμμύδια και αφήνουμε να μαραθούν. Προσθέτουμε τις ντομάτες και σιγοβράζουμε για 10΄. Αλατοπιπερώνουμε.
2. **Για τη νηστίσιμη μπεσαμέλ**
Λιώνουμε τη μαργαρίνη και πασπαλίζουμε με το αλεύρι. Ψήνουμε ανακατεύοντας με σύρμα για 1΄-2΄. Αποσύρουμε για λίγο την κατσαρόλα. Σταδιακά και πάντα ανακατεύοντας προσθέτουμε το ζεστό γάλα. Ξαναβάζουμε στη φωτιά και αφήνουμε να δέσει η κρέμα. Αλατίζουμε και τρίβουμε μοσχοκάρυδο.
3. Σε πυρίμαχο βουτυρωμένο σκεύος βάζουμε μια κουταλιά μπεσαμέλ. Κάνουμε μια στρώση λαζάνια και περιχύνουμε με σάλτσα μανιταριών. Πασπαλίζουμε με λίγο νηστίσιμο τυρί.
4. Επαναλαμβάνουμε μέχρι να τελειώσουν τα υλικά. Σάλτσα μανιταριών, μπεσαμέλ, τυριά. Σκεπάζουμε με τα τελευταία λαζάνια. 5. Περιχύνουμε με την υπόλοιπη κρέμα νηστίσιμη μπεσαμέλ. Σκεπάζουμε με αλουμινόχαρτο το ταψάκι.
6. Ψήνουμε για 25΄ στους 180-200ºC,ξεσκεπάζουμε και συνεχίζουμε το ψήσιμο για 15΄-20΄ επιπλέον, μέχρι να ροδίσει ελαφρά η επιφάνεια.
7. Αφήνουμε να σταθεί σε σβηστό φούρνο για 10΄ για να τραβήξει τα υγρά του.
www.tvshow.gr/webtv/watch/37616,Nhstisima_lazania_me_ploysia_krema_mani.html

Μερίδες: 6
Χρόνος Προετοιμασίας: 15 λεπτά
Χρόνος Μαγειρέματος: 40 λεπτά

Πηγή: argiro.gr