

28 Αυγούστου 2016

Αλλιώτικο «παστίτσιο» με κοτόπουλο και λαχανικά

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Υλικά συνταγής

- 1 πακέτο λαζάνια πλατιά
- 700 γρ. κοτόπουλο στήθος, φιλέτο
- 5-6 κουταλιές σούπας βούτυρο ή Flora με βούτυρο
- 1 ποτηράκι κρασί λευκό
- ½ κιλό κολοκυθάκια
- 2 πιπεριές κόκκινες
- 1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 1 πράσο ψιλοκομμένο
- 1-2 ντομάτες ξεφλουδισμένες, χωρίς σπόρους
- 2 καρότα
- 1 ματσάκι μαϊντανός ψιλοκομμένος
- φρέσκος βασιλικός ψιλοκομμένος

- αλάτι, πιπέρι
- **Για την μπεσαμέλ**
- 1 λίτρο γάλα φρέσκο
- 1 φλιτζάνι κρασί
- 4 κουταλιές της σούπας βούτυρο ή Flora με βούτυρο
- 7 κουταλιές της σούπας αλεύρι
- 3 αυγά
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού κίτρινο τυρί τριμμένο (π.χ. γραβιέρα)

Εκτέλεση συνταγής

1. Κόβουμε το κοτόπουλο και τα λαχανικά σε κυβάκια. Ζεσταίνουμε το μισό βούτυρο σε κατσαρόλα και ρίχνουμε το κοτόπουλο. Αλατοπιπερώνουμε και το σοτάρουμε, μέχρι να ροδίσει από όλες τις πλευρές. Το βγάζουμε από την κατσαρόλα και ρίχνουμε το υπόλοιπο βούτυρο. Προσθέτουμε το κρεμμύδι, το πράσο, τις πιπεριές και τα καρότα. Σοτάρουμε για 2 λεπτά και προσθέτουμε τα κολοκυθάκια. Τα σοτάρουμε όλα μαζί, μέχρι να μαραθούν τα λαχανικά.
2. Ξαναβάζουμε στην κατσαρόλα το κοτόπουλο και τα μαγειρεύουμε όλα μαζί, για λίγο. Προσθέτουμε την ντομάτα, αλατοπιπερώνουμε, ανακατεύουμε και σβήνουμε με το κρασί. Σκεπάζουμε την κατσαρόλα και τα αφήνουμε να σιγοβράσουν, μέχρι να μείνουν με τη σάλτσα τους.
3. Ετοιμάζουμε την μπεσαμέλ: Λιώνουμε το βούτυρο και προσθέτουμε το αλεύρι. Ανακατεύουμε συνεχώς με σύρμα και ψήνουμε για λίγο. Ρίχνουμε το γάλα, το κρασί και ανακατεύουμε ζυηρά, για να μη σβολιάσει η κρέμα. Συνεχίζουμε το ανακάτεμα, μέχρι να πάρει βράση και να πήξει η κρέμα. Τραβάμε την κατσαρόλα από τη φωτιά και προσθέτουμε ένα - ένα τα αυγά, ανακατεύοντας με γρήγορες κινήσεις. Προσθέτουμε και το τριμμένο τυρί, αφού κρατήσουμε λίγο για το τέλος. Αλατοπιπερώνουμε και αφήνουμε την κρέμα να κρυώσει λίγο.
4. Απλώνουμε 3-4 κουταλιές μπεσαμέλ στο ταψί και από πάνω μία πρώτη στρώση με λαζάνια. Ρίχνουμε 2 φλιτζάνια από τη μπεσαμέλ στο μίγμα του κοτόπουλου και αφού την ανακατέψουμε, απλώνουμε το μισό μίγμα πάνω από τα λαζάνια. Κάνουμε μία δεύτερη στρώση με λαζάνια και απλώνουμε πάνω τους το υπόλοιπο μίγμα κοτόπουλου. Σκεπάζουμε με την υπόλοιπη μπεσαμέλ, πασπαλίζουμε με το υπόλοιπο τυρί και ψήνουμε σε καλά προθερμασμένο φούρνο, μέχρι να ροδίσει και να κάνει μια ωραία κρούστα. Αφήνουμε το παστίτσιο να κρυώσει λίγο πριν το κόψουμε σε κομμάτια και σερβίρουμε.

Πηγή: icookgreek.com