



Μηρίς κρέας

Συστατικά

- 2 κ.σούπας ελαιόλαδο
- 1 κολοκυθάκι ψιλοκομμένο
- 200 γρ.μανιτάρια ψιλοκομμένα
- 1 κόκκινη πιπεριά καθαρισμένη και ψιλοκομμένη
- 2 σκελίδες σκόρδο λιωμένες ή τριμμένες
- 1 βάζο έτοιμη σάλτσα ντομάτας με βασιλικό
- 1 φλιτζ. γάλα καρύδας ή απλό γάλα
- μια πρέζα μπούκοβο
- μισό φλιτζ. λιαστές τομάτες, στραγγισμένες και ψιλοκομμένες
- μισό φλιτζ. πλυμένες πράσινες φακές
- 2 φλιτζ. φρέσκο σπανάκι
- 1 φλιτζ. φρέσκο βασιλικό
- 200 γραμμ. μοτσαρέλα σε φέτες
- 100 γραμμ. προβολόνη ή μετσοβόνη τριμμένο
- 1/3 φλιτζ. παρμεζάνα τριμμένη
- λίγη έτοιμη πέστο για το σερβίρισμα
- 170 γραμμ. λαζάνια που δεν χρειάζονται βράσιμο

Τρόπος μαγειρέματος

- 1Προθέρμανε το φούρνο στους 200 βαθμούς.
- 2Σε μεγάλο και ψηλό τηγάνι που μπαίνει στο φούρνο ρίξε λίγο ελαιόλαδο και ζέστανέ το σε μέτρια φωτιά.
- 3Ρίξε το κολοκυθάκι, ταμανιτάρια και την πιπεριά. Αλατοπιπέρωσε. Σώταρε για 3 λεπτά ή μέχρι να καραμελώσουν ελαφρά.
- 4Πρόσθεσε το σκόρδο και μαγείρεψε άλλο ένα λεπτό.
- 5Ρίξε τη σάλτσα, το γάλα και το μπούκοβο. Πρόσθεσε τις ντομάτες, τις φακές και 1/4 φλιτζ. νερό.
- 6Κόψε τα λαζάνια σου σε μικρότερα κομμάτια και ρίξε τα στη σος φροντίζοντας να βυθιστούν καλά μέσα σε αυτή.
- 7Μαγείρεψε μέχρι να είναι αλ ντέντε και να μαλακώσουν οι φακές, περίπου 15 λεπτά.
- 8Εάν η σος πήξει πολύ αραίωσε την με λίγο νερό.
- 9Ρίξε το σπανάκι και το βασιλικό να βυθιστούν στη σάλτσα.
- 10Βγάλε από τη φωτιά και ρίξε από πάνω τη μοτσαρέλα, το προβολόνη και την παρμεζάνα.
- 11Βάλε το σκεύος σε ταψί (για να μην ξεχειλίζει) και ψήσε για 10 λεπτά ή μέχρι να λιώσει το τυρί.
- 12Βγάλε από το φούρνο και άφησέ το να σταθεί 5 λεπτά.
- 13Σέρβιρε με φρέσκα φύλλα βασιλικού και έξτρα παρμεζάνα.



Εύκολη

1 ώρα

4+μερίδες

Πηγή: tlife.gr