

7 Νοεμβρίου 2016

Καρμπονάρα φούρνου με κοτόπουλο

/ [Επιστήμες](#), [Τέχνες](#) & [Πολιτισμός](#)



Υλικά Συνταγής

-

Για το κοτόπουλο

- 2 κ.σ. μαργαρίνη με βούτυρο
- 2 κ.σ. ελαιόλαδο
- 3 φιλέτα στήθος κοτόπουλο
- αλάτι
- πιπέρι
- 500 γρ.μανιτάρια φρέσκα
- 1 μεγάλο κρεμμύδι
- 2-3 σκ. σκόρδο
- λίγο μαϊντανό ψιλοκομμένο
- 1/2 φλ. λευκό ξηρό κρασί
- 1 φλ. αρακά

-

Για την κρέμα κοτόπουλου

- 3 κ.σ. μαργαρίνη με βούτυρο
- 1/2 φλ. αλεύρι
- 1 λίτρο ζωμό κότας
- 1 γάλα εβαπορέ
- αλάτι φρεσκοτριμμένο
- μοσχοκάρυδο

-

Για τα ζυμαρικά

- 1 πακέτο λινγκουίνι
- 1 φλ. παρμεζάνα
- 1/2 φλ. ψίχουλα ψωμιού
- 2 κ.σ. μαργαρίνη με βούτυρο

Εκτέλεση

Για το κοτόπουλο

Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 200°C και αλείφουμε ένα μέτριο πυρέξ με μαργαρίνη με βούτυρο. Κόβουμε το κάθε φιλέτο στη μέση.

Σε τηγάνι βάζουμε 1 κουταλιά μαργαρίνη με βούτυρο και 1 κουταλιά ελαιόλαδο.

Σοτάρουμε το κοτόπουλο για 3-4' από κάθε πλευρά. Το αλατοπιπερώνουμε. Το βγάζουμε σε πιατέλα. Αφήνουμε να κρυώσει και το ψιλοκόβουμε.

Στο ίδιο τηγάνι, προσθέτουμε 2 κουταλιές μαργαρίνη με βούτυρο και σοτάρουμε ταμανιτάρια για 3' να πιουν τα υγρά τους. Προσθέτουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο και σοτάρουμε για 3'. Αλατοπιπερώνουμε και σβήνουμε με το κρασί. Αφήνουμε να εξατμιστούν τα υγρά για 2' περίπου. Προσθέτουμε το μαϊντανό. Ρίχνουμε ταμανιτάρια και τον αρακά στο μπολ με το κοτόπουλο. Ανακατεύουμε.

Για την κρέμα κοτόπουλου

Ζεσταίνουμε τη μαργαρίνη με βούτυρο σε κατσαρόλα να λιώσει και προσθέτουμε το αλεύρι. Ανακατεύοντας με σύρμα, το ψήνουμε για 2'. Αποσύρουμε από τη φωτιά.

Προσθέτουμε το ζεστό ζωμό και το γάλα, ανακατεύοντας. Ξαναβάζουμε στην φωτιά και αφήνουμε να δέσει ελαφρά. Ελέγχουμε το αλάτι και τρίβουμε μοσχοκάρυδο.

Για τα ζυμαρικά

Βράζουμε τα ζυμαρικά σε μπόλικο αλατισμένο νερό για 2' λιγότερο από όσο αναγράφεται στο πακέτο. Τα στραγγίζουμε. Τα ξαναβάζουμε στην κατσαρόλα και προσθέτουμε την κρέμα, το κοτόπουλο και ταμανιτάρια. Ανακατεύουμε και αδειάζουμε στο έτοιμο ταψί.

Ανακατεύουμε το τυρί με τα ψίχουλα σε μπολ και πασπαλίζουμε την επιφάνεια. Εδώ κι εκεί ακουμπάμε λίγη μαργαρίνη με βούτυρο στην επιφάνεια για πιο τραγανό και νόστιμο αποτέλεσμα. Ψήνουμε για 25'. Σερβίρουμε αμέσως.

Πηγή: argiro.gr