

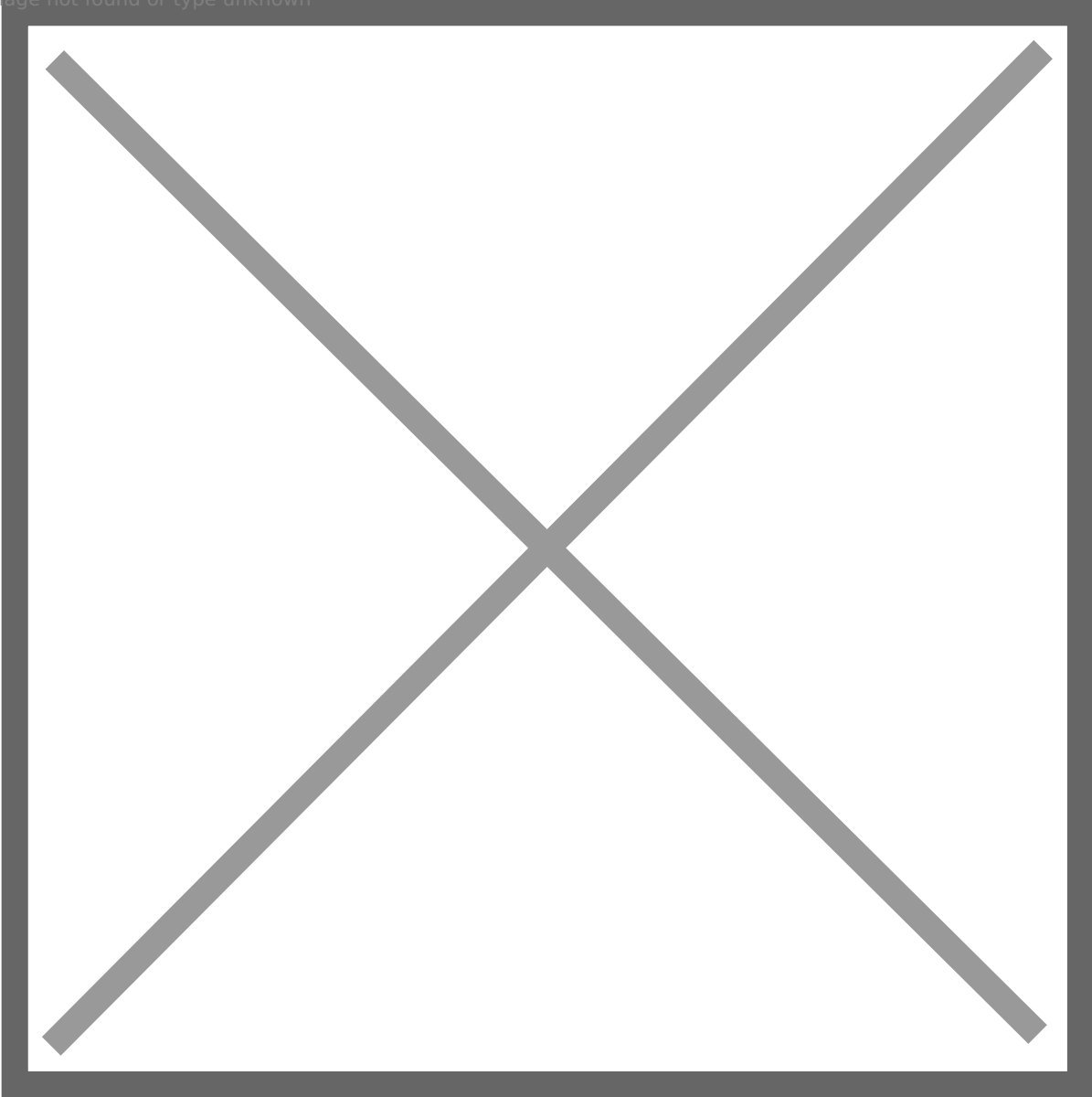
17 Μαρτίου 2019

Παστίτσιο με μανιτάρια

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γαστρονομία



Image not found or type unknown



Τα υλικά που θα χρειαστείς:

- 1 πακέτο μακαρόνια
- 2 κιλά μανιτάρια
- 1 μεγάλο κρεμμύδι
- 1 ποτήρι λευκό κρασί
- 600 γρ. σάλτσα τομάτας
- 1 φλ. λάδι
- λίγη κανέλα (προαιρετικά)

Για τη μπεσαμέλ:

- 7 φλ. γάλα σόγιας (ή και νερό)

λίγο μπαχάρι (προαιρετικά)

3 1/2 φλ. αλεύρι

1 φλ. λάδι

1 πρέζα αλάτι

Ξεκινάμε από τα βασικά. Σε μια κατσαρόλα με αλατισμένο νερό, βράζουμε τα μακαρόνια. Μόλις βράσουν τα σουρώνουμε, τα τσιγαρίζουμε με λίγο Βιτάμ- που είναι φυτικό- ή λάδι και τα αφήνουμε στην άκρη. Θα σου πρότεινα να τα κάνεις al dente, να κρατάνε λίγο δηλαδή γιατί μετά θα ψηθούν και στον φούρνο.

Προχωράμε στη γέμιση μας. Σε ένα βαθύ τηγάνι βάλτε το λάδι για να κάψει. Στο μεταξύ ψιλόκοψε το κρεμμύδι και στο μούλτι χτύπα ταμανιτάρια για να γίνουν σαν κιμάς. Μόλις κάψει το λάδι σόταρε το κρεμμύδι και έπειτα ταμανιτάρια. Πρόσθεσε το ποτήρι με το κρασί, κάνε τα μια γύρα να ανακατευτούν και πρόσθεσε τη σάλτσα τομάτας. Βάλτε αλάτι, πιπέρι και κανέλα και άστο μέχρι να έχει ρουφήξει τα περισσότερα υγρά.

Tips: Εμένα μου αρέσει να χρησιμοποιώ σάλτσα κονκασέ (αυτή με τα κομματάκια τομάτας) γιατί μετά τα κομματάκια σου δίνουν μια δροσερή αίσθηση στο στόμα. Επίσης αν θέλεις μπορείς να προσθέσεις και μαϊντανό στη σάλτσα σου.

Η μπεσαμέλ

Όσο περιμένεις τη γέμιση να δέσει λίγο, ξεκίνα τη μπεσαμέλ. Βράσε λίγο το γάλα σόγιας ή το νερό- ό,τι προτιμάς- και διέλυσε το αλεύρι σε λίγο κρύο νερό. Ανακάτεψε το διαλυμένο αλεύρι με το γάλα και πρόσθεσε και το μπαχάρι. Ανακάτεψε μέχρι να σφίξει και να έχει σχεδόν την κρεμώδη υφή της κλασσικής μπεσαμέλ.

Σε αυτό το σημείο προθέρμανε τον φούρνο στους 200 στον αέρα και ξεκίνα να “στρώνεις” το παστίσιο. Σε λαδωμένο ή βουτυρωμένο-από Βιτάμ- πυρέξ, βάλτε ταμισά μακαρόνια, τη γέμιση, τα υπόλοιπα μακαρόνια και τη μπεσαμέλ σου. Ψήσε μέχρι να ροδίσει. Αυτό ήταν! Το νηστίσιμο παστίσιο σου είναι έτοιμο!

Πηγή: ediva.gr