



Λαζάνια με μανιτάρια και φέτα

20'

Χρόνος
Εκτέλεσης

70'

Χρόνος
Ψησίματος

6-8

Μερίδες

2

Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C στον αέρα.
- Τοποθετούμε ένα **τηγάνι** σε δυνατή φωτιά και προσθέτουμε το ελαιόλαδο.
- **Κόβουμε** τα μανιτάρια σε τέσσερα κομμάτια και τα βάζουμε στο τηγάνι.
- Κόβουμε το κρεμμύδι και τις πιπεριές σε μικρά κομμάτια, και τα βάζουμε στο τηγάνι.
- Ψιλοκόβουμε το σκόρδο και το βάζουμε στο τηγάνι και σοτάρουμε 3-4 λεπτά μέχρι να πέσει ο όγκος από τα μανιτάρια.
- Βάζουμε το θυμάρι, το δεντρολίβανο, κύμινο, το μπούκοβο, τη κανέλα, τη ζάχαρη, τους κύβους, τον πελτέ και σοτάρουμε.
- Σβήνουμε με το κρασί και μόλις εξατμιστεί προσθέτουμε τη ντομάτα κονκασέ και ανακατεύουμε για 2-3 λεπτά. Αφαιρούμε από τη φωτιά.
- Σε ένα λαδωμένο **ταψί 32x25 εκ.** στρώνουμε σε όλη την επιφάνεια 6 λαζάνια. Απλώνουμε τη μισή γέμιση, το 1/3 από το μίχ των τυριών, το 1/3 από τη φέτα σπασμένη σε κομμάτια.
- Καλύπτουμε με άλλη μια στρώση από λαζάνια και επαναλαμβάνουμε την ίδια διαδικασία άλλη μία φορά.
- Πασπαλίζουμε με την τελευταία δόση των τριμμένων τυριών και τη φέτα.
- Σε ένα **μπολ** ανακατεύουμε την κρέμα γάλακτος, το γάλα, αλάτι, πιπέρι, θυμάρι και περιχύνουμε τα λαζάνια.
- Καλύπτουμε με αλουμινόχαρτο και ψήνουμε για 40 λεπτά. Ξεσκεπάζουμε και ψήνουμε για 20-30 λεπτά μέχρι να πάρουν χρώμα.
- Αφαιρούμε από τη φωτιά, αφήνουμε να κρυώσει 10-15 λεπτά και **σερβίρουμε**.

Συστατικά

- 1 κιλό μανιτάρια champignon
- 3-4 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1 κρεμμύδι
- 1 πιπεριά κίτρινη
- 1 πιπεριά πράσινη
- 1 κλ. δεντρολίβανο
- 1 σκ. σκόρδο
- 1 κ.γ. κύμινο
- 1 κ.γ. μπούκοβο
- 1 κ.γ. κανέλα
- 1 κ.σ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 2 κύβους μανιταριών
- 1 κ.σ. πελτέ ντομάτας
- 50 γρ. κρασί κόκκινο
- 400 γρ. ντομάτα κονκασέ
- 1 κ.σ. θυμάρι
- 330 γρ. λαζάνια
- 300 γρ. μίχ τυριών τριμμένα
- 300 γρ. φέτα
- 250 γρ. γάλα
- 250 γρ. κρέμα γάλακτος
- αλάτι
- πιπέρι
- 1 κ.σ. θυμάρι

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

569 Θερμίδες (kcal)	31.0 Λιπαρά (γρ.)	18.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	40.0 Υδατ/κες (γρ.)
28%	44%	90%	15%
14.0 Σάκχαρα (γρ.)	27.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	7.4 Φυτικές Ίνες (γρ.)	1.8 Αλάτι (γρ.)
16%	54%	30%	30%