

Αυτό το φαγητό είναι γεμάτο ελληνικές γεύσεις από το σπανάκι, τη φέτα και το κεφαλοτύρι και συνδυάζεται με τα ζυμαρικά, συγκεκριμένα τα λαζάνια, δίνοντας ένα πεντανόστιμο πλήρες γεύμα. Η μπεσαμέλ βοηθάει στο ψήσιμο και χαρίζει υπέροχη πλούσια γεύση! Ένα λαχταριστό πλήρες γεύμα που ελπίζω να γίνει μια αγαπημένη σας συνταγή!

Τι θα χρειαστείτε

1 κιλό σπανάκι πλυμένο, καθαρισμένο και χοντροκομμένο

1 πακέτο λαζάνια

1 μεγάλο κρεμμύδι

3-4 φρέσκα κρεμμυδάκια

2 πράσα

1 αυγό

1 ματσάκι άνηθο

250-300 γρ. φέτα

4-5 κ.σ. κεφαλοτύρι τριμμένο

Ελαιόλαδο

Αλάτι και πιπέρι

Για τη μπεσαμέλ: 120 γρ. βούτυρο (5-6 κ.σ.)

100-120 γρ. αλεύρι (5 κ.σ.)

1,2 lt φρέσκο γάλα

Τριμμένο μοσχοκάρυδο

Αλάτι και πιπέρι

Λαζάνια φούρνου με σπανάκι και μπεσαμέλ

Εκτέλεση συνταγής

Καθαρίζουμε, πλένουμε και κόβουμε το σπανάκι. Σε κατσαρόλα σωτάρουμε σε ελαιόλαδο το κρεμμύδι, τα φρέσκα κρεμμυδάκια και το πράσο. Προσθέτουμε το σπανάκι. Τέλος προσθέτουμε τον άνηθο, αλάτι και πιπέρι. Αποσύρουμε από τη φωτιά. Μόλις κρυώσει προσθέτουμε το αυγό και τα τυριά.

Για την αραιή μπεσαμέλ: Λιώνουμε το βούτυρο σε μέτρια φωτιά και προσθέτουμε το αλεύρι κουταλιά-κουταλιά ανακατεύοντας με ένα σύρμα. Μόλις ψηθεί το αλεύρι (όχι να σκουρύνει), προσθέτουμε σταδιακά το γάλα (σε θερμοκρασία δωματίου ή ελαφρώς χλιαρό). Ανακατεύουμε διαρκώς με το σύρμα. Στο τέλος προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι και μοσχοκάρυδο. Προσθέτουμε και λίγο τριμμένο κεφαλοτύρι.

Η μπεσαμέλ πρέπει να είναι σχετικά αραιή για να μας βοηθήσει στο ψήσιμο. Επίσης και το σπανάκι δεν το θέλουμε να στεγνώσει, χρειάζομαστε τα υγρά του για να ψηθούν τα λαζάνια κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος.

Σε ταψί απλώνουμε 2 κουτάλες από τη μπεσαμέλ και την πρώτη στρώση λαζάνια. Βάζουμε την πρώτη στρώση σπανάκι. Βάζουμε λίγη ακόμα μπεσαμέλ. Συνεχίζουμε μέχρι να τελειώσει η γέμιση και τα λαζάνια. Κρατάμε αρκετή μπεσαμέλ ώστε να καλυφθεί η τελευταία στρώση από λαζάνια. Πασπαλίζουμε με λίγο τριμμένο κεφαλοτύρι.

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στον αέρα στους 180°C για 45-50 λεπτά.

Λαζάνια φούρνου με σπανάκι και μπεσαμέλ

Βήμα προς Βήμα

- 1 Πλένουμε, καθαρίζουμε και κόβουμε το σπανάκι.
- 2 Σωτάρουμε τα κρεμμύδια και τα πράσα σε ελαιόλαδο.
- 3 Σωτάρουμε και το σπανάκι.
- 4 Προσθέτουμε τον άνηθο, αλάτι και πιπέρι.
- 5 Εκτός φωτιάς προσθέτουμε το αυγό και τα τυριά.
- 6 Ετοιμάζουμε τη μπεσαμέλ. Λιώνουμε πρώτα το βούτυρο.
- 7 Προσθέτουμε σταδιακά το αλεύρι ανακατεύοντας με σύρμα.
- 8 Προσθέτουμε σταδιακά το γάλα.
- 9 Προσθέτουμε μοσχοκάρυδο, αλάτι, πιπέρι και λίγο τριμμένο κεφαλοτύρι.
- 10 Βάζουμε λίγη μπεσαμέλ στον πάτο του ταψιού.
- 11 Στρώνουμε την πρώτη στρώση λαζάνια.
- 12 Βάζουμε αραιά την πρώτη στρώση σπανάκι.

- 13 Ρίχνουμε αραιά λίγη μπεσαμέλ.
- 14 Επαναλαμβάνουμε τη διαδικασία μέχρι να τελειώσουν τα λαζάνια και η γέμιση.
- 15 Καλύπτουμε την τελευταία στρώση λαζάνια με την υπόλοιπη μπεσαμέλ.
- 16 Ψήνουμε στους 180°C για 45-50 λεπτά μέχρι να χρυσίσει η μπεσαμέλ.-
- 17 Αφήνουμε να κρυώσει ελαφρά πριν σερβίρουμε. Καλή όρεξη!