

Lasaña de pollo



Ingredientes:

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 900 g de pollo fresco picado
- 1 diente de ajo picado fino
- 4 zanahorias picadas
- 4 puerros en rodajas
- 500 ml de caldo de pollo
- 2 cucharadas de con centrado de tomate
- sal y pimienta
- 120 g de queso cheddar rallado
- 1 cucharadita de mostaza de Dijon
- 625 ml de salsa bechamel caliente
- 120 g de láminas de lasaña, del tipo que no necesita cocción previa

Para la bechamel:

- 625 ml de leche
- 1 hoja de laurel
- 6 granos de pimienta negra
- 2 rodajas de cebolla
- 1 trocito de macis
- 4 cucharadas de mantequilla
- 6 cucharadas de harina
- sal y pimienta

Para servir

- Rúcula y virutas de parmesano

Lasaña de pollo

Preparación:

Para la bechamel, eche la leche en un cazo con el laurel, los granos de pimienta, la cebolla y el macis. Caliéntelo todo a fuego suave y, antes de que rompa el hervor, retire el cazo del fuego, tépelo y déjelo reposar 10 minutos.

Cuele la leche. Funda la mantequilla en una cacerola. Espolvoree la harina y fríala a fuego bajo, sin dejar de remover, durante 1 minuto.

Vierta poco a poco la leche, llévela a ebullición y cuézala, removiendo, hasta que se espese y quede suave. Salpimienta la bechamel al gusto.

Caliente el aceite en una sartén y sofría el pollo a fuego medio 5 minutos, o hasta que esté bien dorado, desmenuzándolo con una cuchara de madera.

Añada el ajo, la zanahoria y el puerro, y sofríalo 5 minutos, removiendo de vez en cuando. Agregue el caldo de pollo y el concentrado de tomate, y salpimiente al gusto.

Deje que hierva todo, baje el fuego, tape la sartén y déjelo cocer 30 minutos.

Incorpore la mitad del cheddar y la mostaza a la bechamel. En una fuente para el horno, alterne capas de pollo, pasta y de bechamel, terminando con ésta.

Espolvoree la lasaña con el cheddar restante y hornéela en el horno precalentado a 190 °C durante 1 hora, o hasta que esté muy dorada y burbujeante.

Sírvala enseguida con rúcula y parmesano