

ВЕЧЕРЯ

Лазаня със спанак и извара

Мека лазаня с плънка от извара и пресен спанак, изпечена под лека млечна заливка вместо бешамел. Вечеря в една тава, която стига и за следващия ден.



Подготовка: 20 мин **Готвене:** 50 мин **Общо:** 70 мин **Порции:** 9
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Средно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Яйца, Глутен

Съставки

- 8 листа за лазаня (без предварително варене)
- 300 гр. пресен спанак
- 400 гр. извара
- 1 малка глава лук
- 2 скилидки чесън
- 2 с.л. зехтин
- 2 яйца
- 2 с.л. нарязан пресен копър
- настъргана кора от $\frac{1}{2}$ лимон
- 1 малка щипка индийско орехче
- 200 гр. кисело мляко
- 200 мл. прясно мляко
- 60 гр. кашкавал

Начин на приготвяне

1. Загрейте фурната на 180°C и намажете малка тава, около 20 на 20 см, с 1 с.л. от зехтина.
2. Измийте спанака и го нарежете на ситно, а лука и чесъна на много ситно.
3. Загрейте останалия зехтин в тиган и задушете лука и чесъна за 2-3 минути, докато омекнат.
4. Добавете спанака и задушете 3-4 минути, докато спадне и течността се изпари.
5. Смесете в купа изварата, 1 яйце, задушения спанак, копъра, лимоновата кора и щипката индийско орехче.
6. В друга купа разбийте киселото мляко, прясното мляко и второто яйце.
7. Подредете в тавата слой листа, $\frac{1}{2}$ ч.ч. от млечната смес, половината плънка, втори слой листа, още $\frac{1}{2}$ ч.ч. от сместа и останалата плънка.
8. Покрийте с последния слой листа и залейте равномерно с останалата млечна смес.
9. Покрийте тавата с фолио и печете 25 минути. Междувременно настържете кашкавала на ситно.

10. Махнете фолиото, поръсете с кашкавала и печете още 15-20 минути, докато отгоре стане златисто.
11. Оставете лазанята да се стегне поне 15 минути и я нарежете на 9 квадратни порции, около 6 см, а за малко дете разделете порцията на малки меки хапки.

Съхранение

- Съхранявайте в плътно затворена кутия в хладилник до 2 дни.
- Преди повторна консумация затоплете порциите във фурна под фолио, за да не изсъхнат.

Замразяване

- Замразете охладените порции поотделно в плътно затворени кутии до 1 месец, размразете в хладилника през нощта и затоплете добре във фурна под фолио.

Съвети

- Ако използвате замразен спанак, размразете го и изстискайте добре водата, преди да го задушите.