

60.- Lasanya d'escarola i pollastre

<http://www.receptesdelaquima.cat/Inici/lasanya%20escarola.html>

A casa es menja molt escarola i com ja descriu en la recepta "verdureta d'escarola" les fulles verdes es poden aprofitar després de bullir-les. Normalment, si no les faig servir de seguida, les bullo i les congelo. Per altra banda, quan faig pollastre rostit (més o menys un cop per setmana) quasi be sempre en sobra. Llavors el desosso i també el congelo. Veient que s'acumulaven aquestes "restes" al congelador, vaig decidir provar de fer una lasanya amb elles. Cal tenir en compte que així com en altres receptes les quantitats dels ingredients s'han de respectar, en aquest cas, d'escarola i de pollastre se'n pot fer de més i de menys. Lo important és la idea de que amb "restes" es pot fer una lasanya molt bona.

Ingredients per a 4 persones

16 plaques de pasta per lasanya o de canalons
300 g d'escarola bullida i escorreguda
250 g de pollastre cuit i desossat
125 g de formatge de bola
1 pot de sofregit de ceba i tomàquet de 350 g o 4 sobrets del preparat descrit en aquest blog
400 ml de llet
25 g de maizena
Sal
Un full de paper pel forn

Elaboració

Per fer la beixamel cal posar 300 ml de llet a escalfar. En els 100 restant, dissoldre-hi la maizena i adjuntar-ho a la resta de llet. Afegir una mica de sal i anar remenant mentre s'escalfa i quan bulli, deixar-ho coure durant 5 min remenant perquè no s'enganxi.

Posar el pollastre en una paella i escalfar-lo a foc lent. Afegir-hi un cullerot de beixamel i, amb una forquilla, anar barrejant-ho i xafant-ho tot. Quan arrenqui el bull apagar el foc. Per altra banda, escórrer bé l'escarola i tallar-la a trossos petits amb el ganivet. Afegir-hi el sofregit de ceba i tomàquet però reservant-ne 4 cullerades soperes. Per fer aquest plat, m'agrada fer servir el sofregit de "Gallina Blanca" perquè el tomàquet no està triturat si no que està trossejat. Ajustar el punt de sal i fer-ho coure fins que s'evapori quasi be tot el suc.

Coure les làmines de lasanya segons les instruccions de l'envàs. Deixar-les en remull amb aigua freda mentre muntem la lasanya.

Posar un full de paper del forn en una plata i posar-hi la primera làmina de lasanya. Cobrir-la amb l'escarola, posar la segona làmina i cobrir-la amb el pollastre, posar la tercera làmina i cobrir-la també amb escarola. Finalment, posar la 4ª làmina i a sobre, la beixamel, el formatge ratllat i una cullerada del sofregit per adornar.

Posar-ho al forn encès a dalt i baix perquè s'escalfi i es gratini. De vegades les làmines de lasanya són massa grans per una persona. Llavors podeu substituir-les per les de canalons. També queda molt bé.