Lasaña boloñesa



Ingredientes

El relleno de carne (boloñesa):

- 600 g de carne picada
- 1 cebolla grande
- 2 dientes de ajo
- 2 zanahorias
- 400 g de salsa de tomate frito
- 300 g de queso rallado tipo mozzarella
- Pizca de orégano, sal y pimienta
- 200 g de placas para lasaña

Para la bechamel:

- 1 litro de leche
- 80 g de mantequilla
- 100 g de harina o maicena
- pimienta negra
- nuez moscada

Lasaña boloñesa

Sobre esta receta

Hoy vamos a preparar una deliciosa lasaña boloñesa, también conocida como lasagna de carne, que resulta muy fácil de elaborar. Además, descubrirás todos los detalles para cocinarla paso a paso y, de esta manera, saborear la irresistible combinación de carne, salsa de tomate y queso rallado, obteniendo un resultado muy sabroso y apetitoso. Del mismo modo, te enseñaré los trucos esenciales para preparar esta receta de forma sencilla y, por último, podrás disfrutarla en cualquier ocasión.

Preparación de la lasaña boloñesa

Comenzamos con el relleno de carne BOLOÑESA: Comenzamos cortando las zanahorias, el ajo y la cebolla en tacos muy finos. Sofreímos las zanahorias un minuto, añadimos la cebolla y el ajo y sofreímos durante unos minutos a fuego medio hasta que la cebolla quede blanda y transparente. Incorporamos el tomate frito y lo cocinamos un par de minutos. Añadimos la carne picada, pizca de orégano, pizca de sal y pimienta y cocinamos a fuego medio-alto desmenuzando la carne hasta que quede cocinada. Retiramos del fuego y reservamos.

Preparamos la BECHAMEL:

(Para que la bechamel no coja grumos los ingredientes no deben tener contrastes de temperatura y utilizaremos unas varillas manuales). Para hacer esta bechamel clásica empezamos preparando una Roux: Ponemos un recipiente a fuego medio y echamos la mantequilla (no calentamos el cazo antes, porque esto haría que se nos pegue la roux). Cuando la mantequilla se haya derretido añadimos la harina y removemos bien, con unas varillas o una cuchara de madera. Dejamos que se cocine esta Roux, sin parar de remover, durante un par de minutos. Cuando empiece a formar burbujas, pero sin que llegue a tomar un color tostado y sin parar de remover se va añadiendo la leche templada. La leche estará caliente (sin hervir) y la añadiremos en tres o cuatro veces. Removeremos cada vez hasta integrarla toda y hasta que coja consistencia y el espesor deseado. Si utilizamos unas varillas esta labor será más fácil. Finalmente aromatizamos con la nuez moscada, pimienta negra molida y sal, mezclando bien. Tapamos con film transparente y reservamos

Montaje y horneado

Ponemos a calentar el horno a 200º C = 390º F. En una fuente honda y rectangular colocamos una base con un par de cucharadas de tomate frito, repartimos una capa de pasta de lasaña, una de carne, otra de queso y otra de bechamel. Repetimos con capa de pasta de lasaña, una de carne, otra de queso y otra de bechamel. Haremos 3 capas en total teniendo en cuenta que la última será: capa de pasta de lasaña, una de carne, otra de bechamel y finalizaremos con una generosa capa de queso rallado por encima.

Lo metemos en el horno y horneamos a 200º C = 390º F durante unos 15 - 20 minutos con calor arriba y abajo. Cuando el queso tome un color dorado retiramos, dejamos templar unos minutos y a disfrutarla!!!

Más ingredientes que podemos añadir:

- Para la carne podemos utilizar sólo ternera o un mixto, mitad-mitad de carne de cerdo y de ternera.
- Si utilizamos placas de lasaña precocidas, como he hecho yo, no es necesario hidratarlas ya que lo harán con los jugos de la boloñesa y de la bechamel. Si utilizamos placas de lasaña normal las hidratamos siguiendo las instrucciones del envase.
- Podemos añadir al relleno de carne (boloñesa) apio, perejil, Jamón serrano...

Lasaña boloñesa

- Si utilizamos tomate natural triturado en lugar de tomate frito, debemos dejarlo cocinar unos 10 minutos a fuego medio. Con el tomate frito con un par de minutos es suficiente.
- También podemos añadirle a la Bechamel un chorro de la salsa de hacer el relleno, que le dará más sabor.

Y de postre...

- Aquí os dejo la tarta de la abuela con galletas y crema de chocolate