

## *Integralne lazanje*



težina: **lako**

za: **5** osoba

vreme pripreme: **120** min

### **Sastojci**

#### **Za kore:**

- **250** gpšenicnog integralnog brašna
- **3**jaja
- **1** prstohvatsoli
- **po potrebitople** vode

#### **Za nadev:**

- **500-600** gmlevenog mesa
- **1** glavica crnog luka
- **200** ml paradajz soka
- **po ukusu** soli
- **po ukusu** bibera

#### **Za bešamel preliv:**

- **100** g putera
- **3** kašike brašna
- **500** ml mleka
- **malosoli**

#### **Za premazivanje:**

- **1** žumance

- malomleka

## Priprema

Pšenicnom integralnom brašnu dodati jaja, so i malo tople vode. Mesiti lagano rukom (ukoliko je potrebno dodati još malo vode). Potrebno je da testo dostigne cvrstinu da može da se razvije u tanku veliku koru. Radnu površinu posuti integralnim brašnom, pa testo pažljivo razviti u što tanju i vecu koru. Zatim od dobijene kore iseci tri manje (velicine tepsije u kojoj ce se peci lazanje).

Luk izdinstati, pa mu dodati mleveno meso, posoliti i pobiberiti po ukusu. Dinstati dok meso ne promeni boju. Zatim naliti paradajz sok, pa krckati dok tecnost ne ispari. Puter otopiti na laganoj vatri, dodati mu brašno i blago propržiti (dok ne zapeni). U tankom mlazu nalivati mleko (mešati stalno da se ne bi stvorile grudvice). Dodati soli po ukusu. Bešamel je gotov kada provri i dostigne odgovarajucu gustinu.

U podmazanu tepsiju ili vatrostalni sud staviti prvu koru, preko nje fil od mesa, pa bešamel. Postupak ponoviti još jednom istim redosledom.

Sve prekriti trecim korom koju treba premazati žumancetom umucenim sa malo mleka.

Lazanje peci oko 30-35 minuta na 200 stepeni. Odmah izvuci iz rerne, poprskati hladnom vodom i prekriti krpom (da gornja kora malo omekša). Seci na kocke i služiti prelivene kecapom.

## Savet

Okrajke koji preostanu od razvučene kore možete iskoristiti tako što ćete ih seći na uske trake, osušiti lepo na vazduhu i dodavati ih raznim supama i ćorbama umesto kupovnih rezanaca. Vrlo su ukusni, a supe sa njima mnogo lepše.