

Pastís de soja texturitzada amb patata i espinacs



Avui hem improvisat. Hem fet un pastís amb la soja texturitzada, patada i espinacs. Entre mig hem posat beixamel i l'hem cobert amb una capa de beixamel i formatge fos.

Per 6 persones

Temps: 1 hora

Ingredients:

- – 100 gr de soja texturitzada
- – 1 bossa d'espinacs
- – 6 patates
- – 30 gr de farina sense gluten per la beixamel
- – 1 cullerada de mantega
- – 1 l de llet
- – Estragó, pebre negre, sal i orenga per la soja
- – Nou moscada, pebre negre i sal per la beixamel



Elaboració:

PAS 1: Posem dos olles d'aigua al foc amb sal i un rajolí d'oli. Quan arrenquin el bull i afegim en una els espinacs i a l'altra les patates netes, pelades i trossejades.

Pels espinacs amb 5 minuts en tindrem prou. Per la patata necessitarem 20 minuts.

PAS 2: Posem la soja en aigua durant 20 minuts.

PAS 3: Passat el temps escorrem la soja, els espinacs i la patata. Reservem.

PAS 4: Posem una paella amb oli a calentar i sofregim la soja amb estragó, orenga, pebre negre i sal. La soja no té quasi gust així que li hem de donar nosaltres.

PAS 5: Xafem la patata amb una forquilla.

PAS 6: Preparem la beixamel. Desfem la mantega en una paella i afegim la farina. A partir d'aquí anem remenant i la torrem una miqueta. Ara ja toca anar afegint poc a poc i sense deixar de remenar, la farina. Compte amb els grumolls. Amb les quantitats omplirem la paella de beixamel. Sobre la marxa anem arreglant de sal, nou moscada i pebre negre. Com més llet anem afegint el gust es dilueix i haurem d'anar tastant i afegint.

PAS 7: Precalentem el forn a 200°. Només gratinarem.

PAS 8: Posem una capa de beixamel al fons d'una safata de vidre. Després una capa de soja texturitzada. Una altra capa fina de beixamel i a sobre hi posarem una capa de patata i a sobre la capa d'espinacs.

Afegirem una altra capa fina de beixamel, una última capa de patata, beixamel i formatge ratllat.

PAS 9: Posem la safata al forn a gratinar i quan sigui rosset ja podrem treure.













Bon Profit!