26 Απριλίου 2018

Σουφλέ με κιμά και ψωμί

Υλικά Συνταγής
1 μεγάλη συσκευασία ψωμί του τοστ χωρίς κόρα
3/4 φλ. τριμμένο τυρί (κεφαλοτύρι ή κεφαλογραβιέρα)
1 ½ φλ. τυρί τριμμένο (γραβιερα ή κασέρι)
2 ντοματες (ώριμες
κομμένες σε φέτες)
2 καρότα ψιλοτριμμένα
4 μεγάλα αυγά

2 φλ. γεμάτα φρέσκο γάλα
1 κεσεδάκι γιαούρτι (200 γρ.)
1-2 πρέζες μοσχοκάρυδο
αλάτι και πιπέρι φρεσκοτριμμένο
Για την σάλτσα κιμά
800 γραμ. κιμά μοσχαρίσιο (μία φορά περασμένο στη μηχανή του κιμά)
1/3 φλ. ελαιόλαδο
2 μέτρια ξερά κρεμμύδια ψιλοκομμένα
2 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένο
1 καρότο τριμμένο
400 γραμ. ντοματάκια κονκασέ (ή φρέσκια ψιλοκομμένη ντομάτα)
1/3 φλιτζάνι κονιάκ
1 ξυλάκι κανέλα
1 δαφνόφυλλο
αλάτι
φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Εκτέλεση
Για το σουφλέ με κιμά και ψωμί του τοστ, ξεκινάμε πρώτα να φτιάξουμε τη σάλτσα κιμά. Ζεσταίνουμε πλασοτέ κατσαρόλα, σε μέτρια προς δυνατή φωτιά. Προσθέτουμε το ελαιόλαδο και σοτάρουμε τον κιμά, απλώνοντάς τον με κουτάλα. Δεν ανακατεύουμε συνέχεια. Αφήνουμε να ψήνεται καλά για να μη χάνει τα υγρά του με το συνεχές ανακάτεμα. Αυτό διαρκεί περίπου 8 λεπτά.

Προσθέτουμε το ψιλοκομμένο κρεμμύδι και το σκόρδο και σοτάρουμε επιπλέον για δύο με τρία λεπτά, μέχρι να γίνουν διάφανα. Ρίχνουμε το καρότο και σοτάρουμε για ένα με δυο λεπτά. Σβήνουμε με το κονιάκ, και αφήνουμε για ένα με δυο λεπτά να εξατμιστεί το αλκοόλ. Προσθέτουμε τη ντομάτα, το αλάτι, το πιπέρι, το δαφνόφυλλο και το ξύλο κανέλας. Αφήνουμε την κανέλα ν’ αρωματίσει τον κιμά για 5 λεπτά και την αφαιρούμε. Σκεπάζουμε τη σάλτσα κιμά, χαμηλώνουμε τη φωτιά και σιγοβράζουμε για 20 λεπτά (χωρίς προσθήκη υγρών) μέχρι να πιει τα υγρά του ο κιμάς και να συμπυκνωθούν οι γεύσεις.

Σε λαδωμένο μεγάλο πυρέξ, κάνουμε μια στρώση ψωμί του τοστ να καλυφθεί όλη η βάση του ταψιού. Πασπαλίζουμε με το μισό τριμμένο καρότο. Περιχύνουμε με την μισή σάλτσα κιμά, και πασπαλίζουμε με το μισό κεφαλοτύρι.

Καλύπτουμε πάλι με φέτες ψωμί του τοστ. Πασπαλίζουμε με το υπόλοιπο τριμμένο καρότο. Περιχύνουμε ομοιόμορφα με την υπόλοιπη σάλτσα κιμά και πασπαλίζουμε με το υπόλοιπο κεφαλοτύρι. Σκεπάζουμε τα υλικά με φέτες ψωμί του τοστ. Καλύπτουμε με μια στρώση φέτες ντομάτας. Πασπαλίζουμε με την γραβιέρα .

Σε ένα μπολ, χτυπάμε τα αυγά με το γιαούρτι και το γάλα, με ένα σύρμα. Αλατοπιπερώνουμε, προσθέτουμε λίγο μοσχοκάρυδο και περιχύνουμε το μείγμα στο ταψί, να καλυφθεί όλη η επιφάνεια.

Καλύπτουμε με βουτυρωμένο αντικολλητικό χάρτι το οποίο θέλουμε να ακουμπάει στην επιφάνεια των υλικών. Αφήνουμε το σουφλέ κιμά, να σταθεί για 30΄ στον πάγκο.

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στον αέρα στην μεσαία σχάρα, στους 180ºC για 35΄ περίπου μέχρι να φουσκώσει το σουφλέ κιμά και να ροδίσει ελαφρά η επιφάνεια. Αφήνουμε το σουφλέ κιμά να σταθεί για λίγα λεπτά κι έπειτα σερβίρουμε με σαλάτα εποχής.

Extra tips

Το σουφλέ γίνεται πιο νόστιμο, όπως και όλα τα φαγητά με βάση το ψωμί, αν το αφήσουμε να σταθεί και να ρουφήξει τα υγρά υλικά. Αν δεν έχετε τον χρόνο να περιμένετε, ψήστε το κατευθείαν σε χαμηλότερη θερμοκρασία (160 βαθμούς C) για 45΄ περίπου.

Αξιοποιήστε όλα τα περισσεύματα ψωμιού και τυριών που έχετε με αυτή τη συνταγή. Επίσης, μπορείτε να αντικαταστήσετε τον κιμά με λίγο κοκκινιστό κρέας ψιλοκομμένο και την σάλτσα του, που περίσσεψαν από το χθεσινό τραπέζι.

Πηγή: argiro.gr