



Τραγανό & τυρένιο ογκρατεν λάχανου

Μερίδες: 6-8 **Χρόνος προετοιμασίας:** 6-8 λεπτά **Χρόνος μαγειρέματος:** 25-30 λεπτά
Χρόνος αναμονής: 5 λεπτά **Σκεύος:** πυρίμαχο σκεύος 30X25 εκ.

Υλικά:

½ λευκό λάχανο, ψιλοκομμένο
1 λευκό κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
3 σκελίδες σκόρδο, πολτοποιημένες
30 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
50 γρ. φυτική παρμεζάνα ή άλλο αλμυρό τυρί της επιλογής μας
50 γρ. φυτικό τυρί που λιώνει, τριμμένο ή άλλο τυρί της επιλογής μας
2 κ.σ. κορν φλάουρ
3 κ.σ. φυτικό ρόφημα
250 ml φυτική κρέμα σόγιας
1 κ.σ. μπούκοβο καυτερό ή γλυκό
ελαιόλαδο
αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Υλικά για το τοπάρισμα:

15 γρ. τριμμένη φρυγανιά ή πάνκο
1 κ.γλ. καπνιστή πάπρικα
¼ κ.γλ. σκόνη σκόρδο
ελαιόλαδο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

1) Σε μια πλατιά κατσαρόλα βάζουμε 3 κ.σ. ελαιόλαδο και μόλις κάψει βάζουμε το κρεμμύδι και σοτάρουμε για 4-5 λεπτά να μαλακώσει. Προσθέτουμε το σκόρδο σοτάρουμε για 1-2 λεπτά και βάζουμε το λάχανο και σοτάρουμε για 10 λεπτά ή μέχρι να πέσει σε όγκο.

2) Ανακατεύουμε το κορν φλάουρ με το φυτικό ρόφημα και το αφήνουμε στην άκρη. Μεταφέρουμε το μείγμα της κατσαρόλας σε ένα μπολ και προσθέτουμε το μείγμα του κορν φλάουρ, το αλεύρι, τη φυτική παρμεζάνα, το φυτικό τυρί που λιώνει, τη φυτική κρέμα, το μπουκοβο, αλατοπιπερώνουμε και ανακατεύουμε καλά να ομογενοποιηθούν.



- 3) Μεταφέρουμε το μείγμα του λάχανου σε ένα πυρίμαχο σκεύος ελαφρώς λαδωμένο.
- 4) Σε άλλο μπολ ετοιμάζουμε το μείγμα για το τοπάρισμα. Ανακατεύουμε τη φρυγανιά ή το πάνκο με τα μπαχαρικά και 2 κ.σ. ελαιόλαδο καλά και το απλώνουμε πάνω από το μείγμα του λάχανου.
- 5) Ψήνουμε σε καλά προθερμασμένο φούρνο στους 200 °C στις αντιστάσεις για 25-30 λεπτά ή μέχρι να πάρει χρώμα.
- 6) Αφήνουμε να σταθεί για 5 λεπτά και σεββίρουμε.