



VEGETARLASAGNE MED FRISK SALAT

6A, FERNANDA NISSEN SKOLE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

GRØNNSAKSSAUS

- 3 stk gulrot
- 1 stk løk
- 2 fedd hvitløk
- 2 stk fersk sjampinjong
- 1 boks hermetiske hakkede tomater
- 0.5 potte Frisk basilikum
- 1 ts Salt
- 1 ts Sukker

OSTESAUS

- 2 stk egg
- 1 dl matfløte
- 100 g Go vegan mozzarella
- 100 g Go vegan revet ost
- 6 plater Fullkorn lasagneplater

FRISK SALAT

- 0.5 stk Isbergssalat
- 1 boks Hermetisk mais
- 0.5 stk Agurk
- 2 stk tomat

SLIK GJØR DU:

- 1 Finhakk løk og hvitløk. Rasp gulrøtter grovt eller skjær de i skiver, del soppen i skiver.
- 2 Bruk en dyp stekepanne eller gryte. Fres løken i litt olje, før du tilsetter hvitløk og lar alt surre til løken er blank.
- 3 Ha i paprika, revet gulrot og sopp og tilsett hermetisk tomat.
- 4 La alt småkoke i 7-10 minutter. Tilsett frisk basilikum.
- 5 Sett stekeovnen på 200 °C
- 6 Rør sammen vegetarost, egg og fløte. Hvis du ikke skal bruke pastaplater er det lurt å redusere mengden fløte, hvis ikke blir lasagnen veldig bløt.
- 7 Finn en ildfast form, ca 22 x 34 cm. Legg et tynt lag med grønnsakssaus, deretter lasagneplater og til slutt ostesaus.
- 8 Gjenta 1 gang og avslutt med grønnsakssaus. Topp det hele med revet ost.
- 9 Stek lasagnen ved 200 °C på nederste rille i ca 30 minutter, til den er gylden.
- 10 Kutt salat, tomat, agurk og legg det i en salatbolle. Hell ut maisvannet i en sil og bland det sammen med den ferske salaten.