

Vegetar lasagne

Opskrift til 6 personer

Et bud på en vegetarisk lasagne som smager forrygende og er nem at lave.

Start med at lægge cashewnødderne i blød som det første. De skal være i en skål overdækket med vand gerne 30 min inden de blendes. Så lad dem ligge imens du laver din tomat-linessauce.

Tænd din ovn på 200 grader varmluft. Så kan den også blive varm imens du laver både tomat-sauce og ostesauce.

Ingredienser

Tomatsauce

- 3 små gulerødder
- 1 løg
- 3 fed hvidløg
- olie til stegning
- 1 tsk salt + lidt peber
- 1 spsk. oregano
- 1 god tsk. paprika
- 1 drys cayennepeber
- 1,5 dl linser
- 2 dåser hakket tomat
- 1 dåse vand (400 ml) + 1 bouillonterning
- 1 spsk balsamico

Ostesauce version 1

- 70 g cashewnødder + 2 dl vand
- skal fra 1 økologisk citron
- 1/2 tsk. revet muskatnød
- 1 lille tsk. salt + lidt peber
- 75 g revet ost (parmesan eller manchego ost hvis du undgår ko-mælksprodukter)

Ostesauce version 2

- 1 spsk. smør
- 2 spsk. mel
- 3 dl mælk
- lidt salt og peber
- 1/2 tsk revet muskatnød
- 1 dl revet mozzarella

Andet

- Lasagneplader
- Ekstra ost til toppen (ca. 50 g)
- Evt friske krydderurter til servering

Sådan gør du

Tomatsauce

1. Husk at starte med at lægge cashewnødder i blød i vand inden du laver tomatsaucen her, så de kan ligge og blive bløde imens.
2. Toatsauce: hak gulerødder, løg og hvidløg fint. Du kan enten bruge et rivejern til gulerødderne og hakke løg og hvidløg i hånden. Eller du kan komme det hele i en minihakker og give det en tur.
3. Kom olie i en stor gryde eller wok. Svits grøntsagerne og krydderierne af.
4. Tilsæt linser, hakket tomat, vand, en bouillonterning og balsamico, og rør det rundt.
5. Lad det simre imens du laver din ostesauce

Ostesauce

VERSION 1

1. Hæld nu vandet fra dine cashewnødder, som gerne skal være blevet lidt mere bløde.
2. Kom dem i en blender sammen med 2 dl nyt vand, revet citronskal, revet muskatnød, salt, peber og ost – blend det godt sammen

VERSION 2

1. Lav en opbagt sauce ved at smelte smør på en pande og piske mel ind i det. Kom så lidt mælk ved, blot lidt af gangen. Mens du rører denne her melbolle ud. Det skal gerne blive mere og mere flydende, jo mere mælk du hælder ved.
2. Rør så osten i, riv muskatnød i og smag til med salt og peber

Samle, samle, samle

1. Tag et ildfast fad frem og start med at komme lidt tomatsauce i bunden
2. Kom så ostesauce over
3. Kom så lasagneplader over
4. Forfra, ind til det hele er brugt og dit øverste lag er enten tomatsauce eller ostesauce
5. Riv en masse ekstra ost ud over toppen og bag i ovnen i 35-45 minutter, ind til pladerne er bløde