



Vegetarische lasagne

Deze vegetarische lasagne laat zelfs gezworen vleeseters twijfelen

Bereidingswijze

Bereidingstijd: 25 min

Baktijd: 45 min



4 personen



1u 10min



1. Verwarm de oven voor op 200°C. Snij de champignons en courgette fijn. Roerbak de sjalotjes, knoflook en champignons met 1 eetlepel olijfolie. Voeg na 5 minuten de courgette, gehalveerde Cherry tomaten en fijngehakte peterselie toe. Laat het 3 minuten sudderen. Breng het op smaak met vers gemalen peper, zout en de kruiden.
2. Voor de bechamelsaus, verhit 30g olijfolie in een steelpan en strooi gelijkmatig de bloem erin. Blijf roeren totdat je een glad beslag krijgt. Laat het afkoelen en giet dan geleidelijk de Alpro Sojadrink (Ongezoet) erin. Roer het door tot het begint te sudderen en de gewenste dikte is bereikt. Breng het geheel op smaak met vers gemalen peper, zout en nootmuskaat.
3. Bedek de bodem van een ingevette ovenschaal met een aantal lasagnevellen en vervolgens met een laag groentesaus. Houdt vervolgens steeds de volgorde aan: groentesaus, lasagnevellen, bechamelsaus, lasagnevellen, groentesaus enzovoort.
4. Plaats het gerecht in de voorverwarmde oven en bak het voor 40 tot 45 minuten. Strooi de peterselie eroverheen en dan is het gerecht klaar om op te dienen!

Ingrediënten

- 12 vellen lasagna
- 2 courgettes
- 500g champignons
- 24 tot 28 cherry tomaten in tweeën gesneden
- 2 fijngesneden sjalotjes
- 1 geperste knoflookteen
- Een paar takjes peterselie
- 50g bloem
- 30g olijfolie of Alpro Lekkere en Gezonde Keuken
- 2 eetlepels olijfolie of Alpro Lekkere en Gezonde Keuken
- 750ml Alpro Sojadrink Ongezoet
- Provençaalse kruiden
- Nootmuskaat
- peper en zout

Bereid met

Lekkere en Gezonde Keuken



Sojadrink Ongezoet

