



Vegetarische lasagne met courgette

Gevuld met prei in romige kaas-kruidensaus



GRANA PADANO

Deze kaas heeft zijn naam te danken aan de korrelige (grana) structuur. Het lijkt veel op Parmezaanse kaas, maar is milder van smaak.



Knoflookteen



Prei *



Verse oregano *



Verse salie *



Verse tijm *



Kookroom *



Courgette *



Lasagnebladen *



Geraspte grana padano *

Totaal: 50-55 min.

Veggie

Veel handelingen

Family

Eet binnen 5 dagen

Deze romige lasagne is een van onze vega-favorieten. Als een echte chef maak je zelf een roux van boter en bloem – de basis voor de lekkerste sauzen. Met grana padano, salie, oregano en verse tijm tover je deze roux om tot een heerlijke saus.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Pan met deksel, hapjespan, garde en ovenschaal.

Laten we beginnen met het koken van de **lasagne met prei en courgette**.



1 VOORBEREIDEN

Verwarm de oven voor op 200 graden. Breng 250 ml water per persoon aan de kook in een pan met deksel en verkruimel er ¼ bouillonblokjes per persoon boven. Pers ondertussen de **knoflook** of snijd fijn. Snijd de **prei** in dunne ringen en ris de blaadjes van de takjes **tijm**. Pluk de blaadjes van de takjes **oregano** en de **salie** en snijd fijn.



2 ROUX MAKEN

Verhit de roomboter in een hapjespan op middelhoog vuur en fruit de **knoflook** op middelhoog vuur en fruit de **knoflook** 1 minuut. Voeg de bloem toe en bak al roerend 1 minuut. Voeg ½ van de bouillon toe en roer met een garde tot de bouillon is opgenomen. Wacht tot de **sous** zachtjes kookt en herhaal deze handeling nog 2 keer met de overige bouillon.



3 SAUS AFMAKEN

Laat de **sous** vervolgens 3 – 4 minuten koken op middelmatig vuur, of tot hij iets is ingedikt ★. Voeg de **verse kruiden** en de **prei** toe en laat nog eens 3 – 4 minuten zachtjes koken op middellaag vuur ★★. Voeg ten slotte de **kookroom** toe, breng op smaak met peper en zout en roer goed door.



4 LASAGNE MAKEN

Snijd of schaaf ondertussen de **courgette** in flinterdunne plakken. Vet een ovenschaal in met de olijfolie. Schenk, om te beginnen, een dun laagje **sous** in de ovenschaal. Bedek met een deel van de **lasagnebladen** en druk deze goed aan. Verdeel de plakken **courgette** over de **lasagnebladen** en bedek weer met een laagje **sous**. Herhaal tot bijna alle **sous** is gebruikt.



5 IN DE OVEN BAKKEN

Zorg ervoor dat je eindigt met een laagje **sous** en bestrooi de **lasagne** met de geraspte **grana padano**. Bak de **lasagne** 20 – 25 minuten in de oven, of totdat hij een mooi krokant korstje krijgt.

★**TIP**: De snelheid waarmee je saus indikt, is sterk afhankelijk van de pan en hoe hoog het vuur staat. De precieze kooktijden kunnen daarom verschillen. De saus hoort een dikke, lobbige consistentie te hebben.



6 SERVEREN

Laat de **lasagne** voor het serveren 3 minuten rusten, zodat de **lasagne** steviger wordt. Verdeel de **lasagne** over de borden.

★★**TIP**: Het is niet erg als de saus niet helemaal glad is: als je stukjes ziet, is dat waarschijnlijk de fijngesneden knoflook.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Prei (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Verse oregano, salie & tijm (g) 23) *	5	10	15	20	25	30
Kookroom (ml) 7) *	50	100	150	200	250	300
Courgette (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Lasagnebladen (st) 1) 3) *	2	4	6	8	10	12
Geraspte grana padano (g) 3) 7) *	15	25	35	50	65	80
Zelf toevoegen						
Groentebouillonblokjes (st)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Roomboter (el)	1½	3	4½	6	7½	9
Bloem (el)	1½	3	4½	6	7½	9
Olijfolie (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3448 / 824	708 / 169
Vet totaal (g)	45	9
Waarvan verzadigd (g)	25,4	5,2
Koolhydraten (g)	80	16
Waarvan suikers (g)	16,0	3,3
Vezels (g)	7	1
Eiwit (g)	27	6
Zout (g)	2,0	0,4


ALLERGENEN

1) Gluten 3) Eieren 7) Melk/lactose

Kan sporen bevatten van: 23) Selderij

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

   #HelloFresh

 Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).