



WIJNBOX

Sedosa blanco
Deze lekkere ronde wijn laat de romige lasagne goed tot zijn recht komen. De spinazie in dit gerecht combineert daarentegen lekker met de frisse tonen van de wijn.



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 39
2016

Maak een foto van je gerecht en deel deze via De mooiste foto krijgt een verrassing!

Romige lasagne met rundergehakt en spinazie

Een klassiek gerecht

De bechamelsaus voor dit gerecht maak je zelf. Dit is een saus die veel wordt gebruikt in de Franse en Italiaanse keuken als basissaus. Wanneer je de boter langzaam verhit en een klein beetje bloem toegevoegd, ontstaat er een zogenaamde roux. Deze kun je verder op smaak brengen met kruiden en kaas.

bewaar in de koelkast



40-45 min



gemakkelijk



eet aan het begin



kindvriendelijk



Spinazie



Rundergehakt



Grana padano



Lasagnebladen



Ui



Knoflookteen



Tomaat



Tijm



Kookroom

Ingrediënten

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Ui	½	1	1	2	2	3
Knoflookteen	1	2	2	3	3	4
Tomaat	2	4	6	8	10	12
Spinazie (g) 23)	100	200	300	400	500	600
Rundergehakt (g)	100	200	300	400	500	600
Tijm (tl)	1	2	3	4	5	6
Kookroom (pakje) 7)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Grana padano (g) 3) 7)	25	50	75	100	125	150
Lasagnebladen 1) 3)	2	4	6	8	10	12
Groentebouillon (ml)*	150	300	450	600	750	900
Roomboter (el)*	1½	3	4½	6	7½	9
Bloem (el)*	1	2	3	4	5	6
Olijfolie (el)*	¼	½	¾	1	1¼	1½
Peper*				Naar smaak		

* Zelf toevoegen

Allergenen

1) Gluten 3) Eieren
7) Melk/lactose
Kan sporen bevatten van
23) selderij.

Benodigdheden

Wok, hapjespan of grote pan, garde, ovenschaal

Voedingswaarden 892 kcal | 50 g eiwit | 57 g koolhydraten | 48 g vet, waarvan 26 g verzadigd | 8 g vezels



1 Verwarm de oven voor op 220 graden en bereid de bouillon. Snipper de ui en snijd of pers de knoflook fijn. Snijd de tomaat in blokjes en snijd of scheur de spinazie klein.



2 Verhit een wok of hapjespan op middelhoog vuur en bak het gehakt in 3 minuten los. Haal uit de pan en bewaar apart.

3 Verhit de roomboter in dezelfde pan en fruit de ui en knoflook 2 minuten op middelmatig vuur. Voeg de bloem toe en bak al roerende 2 minuten. Voeg ⅓ deel van de bouillon toe en roer even door. Herhaal deze handeling nog 2 keer met de overige bouillon en roer glad. Breng de saus aan de kook, voeg de tomaat toe en laat 1 minuut doorkoken.

4 Voeg de tijm en spinazie toe aan de saus en laat al roerende slinken. Voeg als laatste de kookroom, het gehakt en ⅓ deel van de grana padano toe aan de pan en breng op smaak met peper.



5 Vet een ovenschaal in met de olijfolie. Schenk, om te beginnen, een dun laagje saus in de ovenschaal. Bedek deze met een deel van de lasagnebladen en druk goed aan. Schenk daarna weer een laagje saus over de lasagnebladen. Herhaal dit tot bijna alle saus gebruikt is. Dek de lasagne af met een laagje saus en de overige grana padano. Bak de lasagne 20 minuten in de oven.

6 Verdeel de lasagne over de borden.



Tip! Weinig tijd? Snijd de lasagnebladen in reepjes en kook in 4 - 6 minuten gaar. Serveer met de saus en garneer met de kaas.

Dit gerecht bevat veel calorieën. Let jij op jouw calorie-inname? Voeg dan de helft van de benodigde hoeveelheid kookroom toe of laat deze er volledig uit en vervang door 25 - 50 ml extra bouillon.