

LASANHA VEGETARIANA

INGREDIENTES PARA 6 PESSOAS

TEMPO DE PREPARAÇÃO: 1 HORA E 30 MINUTOS

250g de folhas de lasanha verde
3 dentes de alho picados
1 beringela cortada em cubos
1 cebola picada
1 courgette cortada em cubos
3 tomates sem pele cortados em cubos
2 cenouras grandes raladas

1 pimento vermelho pequeno cortado em cubos
300g de cogumelos cortados em pedaços
4 colheres de sopa de polpa de tomate
125 ml de azeite
700 ml de molho bechamel
300g de queijo mozarela ralada
1 colher de chá de orégãos
Sal q.b.
Pimenta q.b.



PREPARAÇÃO

1. Num tacho, leve ao lume o azeite, a cebola e os alhos.

Mexa e deixe refogar um pouco.

2. Depois de refogado, junte a beringela, o tomate, o pimento, a courgette, os cogumelos e a cenoura ralada.

Tempere com sal e pimenta.

Mexa e deixe cozinhar durante 10 minutos.

3. Passado os 10 minutos, junte a polpa de tomate e os orégãos.

Mexa e junte uma concha de molho bechamel.

Envolva tudo.

Quando começar a ferver, apague o lume.

Nota: Caso a lasanha seja necessária cozer, coza conforme as instruções da embalagem, esta não necessita.

4. Num tabuleiro de ir ao forno, coloque camadas alternadas de legumes, um pouco de molho bechamel, um pouco de queijo mozarela ralado e folhas de lasanha.

Quando os legumes acabarem, coloque por fim, uma camada de massa de lasanha e regue com o restante molho bechamel.

Polvilhe com o restante queijo mozarela.

5. Leve ao forno pré-aquecido nos 160° durante 1 hora.

Nota: Caso usem massa que seja necessário ser cozida, não precisam deixar tanto tempo no forno, apenas 40 minutos.

Depois da lasanha gratinada, está pronta a servir.

Custo: 8.00 € ; Custo por pessoa: 1.33 €

<http://www.saborintenso.com/f25/lasanha-vegetariana-10403/>