

LASANHA DE TOFU, COGUMELOS E ESPINAFRES



INGREDIENTES

- 1 EMBALAGEM DE TOFU (290G ESCORRIDO)
- ESPINAFRES (CERCA DE 200G - UTILIZEI CONGELADOS)
- 150G DE COGUMELOS NATURAIS
- 2 DENTES DE ALHO
- 40ML DE AZEITE
- 130ML DE NATAS DE SOJA
- MOLHO BECHAMEL
- FOLHAS DE LASANHA
- SAL
- PIMENTA
- MOLHO DE SOJA
- QUEIJO RALADO (OPCIONAL)

CONFEÇÃO

1. Acessório picador:

2. Colocar o Tofu (previamente escorrido e calcado com um papel para ficar bem seco) cortado aos cubos na taça - seleccionar pulse durante 10 segundos. Retirar para um recipiente, temperar com sal, pimenta e molho de soja q.b e reservar.

3. Adicionar os alhos e picar na vel.12, 10 seg

4. Trocar para o acessório Misturador:

5. Adicionar o azeite e seleccionar o programa Slow Cook P1.

6. Adicionar os espinafres e seleccionar o programa Slow cook P1 novamente.

7. Adicionar os cogumelos e o tofu, envolver ligeiramente com a ajuda da espátula e seleccionar o programa Slow Cook P3 durante 15 minutos - quando faltarem 3 minutos adicionar as natas de soja, e novamente sal e pimenta. No fim do programa provar e rectificar os temperos se necessário.

8. Colocar num pirex a mistura do tofu, por cima as folhas de lasanha, novamente a mistura de tofu, bechamel, folhas de lasanha etc, terminando com folhas de lasanha por cima - cobrir com o restante molho bechamel e polvilhar com queijo ralado (opcional).

9. Levar ao forno previamente aquecido durante cerca de 30 minutos ou até que a massa fique cozida.
