

LASANHA CÁ DE CASA



CONFEÇÃO

1. Com a ajuda do ralador da moulinex, cortar aos palitos fininhos a beringela, a courgete, a cebola e a cenoura; reservar;
2. Na CC colocar o acessório misturador e pôr a cebola e o azeite; programa slow cook 6 minutos;
3. Juntar a courgete, a beringela, a cenoura, os rebentos de soja, o milho, os cogumelos, o tomate em pedaços, a polpa de tomate e a água; vel. 3, 100.º, 10-15 minutos;
4. Temperar com oregãos, alho em pó, sal e pimenta;
5. Acrescentar metade do molho bechamel; vel. 4, 100.º, 3-5 minutos; reservar;
6. Passar as placas de lasanha por água a ferver para amolecerem;
7. Numa travessa colocar um bocado de preparado de legumes e depois intercalar com as placas de lasanha;
8. Terminar com uma camada de placas de lasanha, por cima pôr o restante molho bechamel (ou menos) e cobrir com queijo ralado;
9. Ir ao forno a 200º até cozer a lasanha (12-15 minutos) e depois deixar tostar um bocadinho.

INGREDIENTES

- 1 LATA COGUMELOS
- 1 LATA MILHO
- 1 LATA REBENTOS SOJA
- 1 LATA TOMATE EM PEDAÇOS
- 1 COURGETE
- 1 BERINGELA
- 1 CENOURA
- 1 CEBOLA
- 4 COLHERES SOPA AZEITE
- 4 COLHERES SOPA POLPA TOMATE
- 100 ML ÁGUA
- 500 ML MOLHO BECHAMEL
- SAL E PIMENTA Q.B.
- OREGÃOS E ALHO EM PÓ Q.B.