

LASANHA DE ATUM



CONFEÇÃO

1. Cebola e os dentes de alho descascados e cortados em pedaços.

2. Deite na taça com a lâmina picadora e programe 20 segundos na velocidade 10. Passe a espátula pelas paredes da taça , troque para o acessório misturador, junte o tomate , o atum previamente escorrido e o azeite, tempere com sal e pimenta e seleccione o Programa Cozedura Lenta P2, a 100°C, durante 25 minutos. Quando faltarem 10 min para o final coloque a cenoura e o milho. Rectifique os temperos, retire da taça e reserve.

3. Já pode ter o béchamel feito previamente.

4. Numa travessa coloque a mistura do atum , cubra com folhas de lasanha e coloque molho béchamel, faça por camadas até terminar com folhas de lasanha e o béchamel por cima, polvilhe com queijo mozzarella.

5. Leve ao forno pré-aquecido a 170°C durante 30 minutos.

INGREDIENTES

- * 400 G DE PLACAS DE LASANHA FRESCA
- * 3 LATAS DE ATUM
- * 200 G DE COGUMELOS FRESCOS
- * 1 CENOURA RALADA
- * 1 LATA MILHO PEQUENA
- * 1 CEBOLA GRANDE
- * 2 DENTE DE ALHO
- * 1/2 C SOPA AZEITE
- * 1 LATA DE TOMATE TRITURADO
- * SAL E PIMENTA QB
- * QUEIJO MOZZARELLA RALADO QB