

Vegetarische Lasagne

met biet, champignon en spinazie

Menugang
Hoofdgerecht

Aantal personen
4 personen

Bereidingstijd
50 minuten

Benodigdheden
Kookplaat
Stoomovens

Ingrediënten Vulling

- 500 g verse spinazie, gewassen en grof gehakt
- 250 g champignons
- 1 knoflook teen
- 2 middelgrote bieten, gekookt en in dunne plakjes
- 250 g lasagnevellen
- 100 g Parmezaanse kaas, geraspt
- zout en peper naar smaak
- scheutje olijfolie

Ingrediënten Bechamelsaus

- 50 g boter
- 50 g bloem
- 500 ml melk
- 200 g geraspte kaas
- 2 el mosterd
- zout, peper en nootmuskaat naar smaak

Bereidingswijze

Bechamelsaus

1. Verwarm de oven voor op 180°C hetelucht + stoom stand sterk/hoog.
2. Smelt de boter in een pan op middelhoog vermogen.
3. Voeg geleidelijk de bloem toe en roer goed om een gladde roux te vormen.
4. Laat het mengsel een paar minuten bakken om de bloem te laten garen, zorg ervoor dat het niet verkleurt.
5. Voeg geleidelijk de melk toe, terwijl je constant blijft roeren om klontjes te voorkomen. Blijf roeren tot de saus dikker wordt.
6. Breng op smaak met de kaas, mosterd, zout, peper en een snufje nootmuskaat. Zet de saus opzij.

Vulling

1. Verhit een scheutje olijfolie in een pan op middelhoog vermogen.
2. Voeg de in kwarten gesneden champignons en fijngesneden knoflook toe en bak deze gaar.
3. Voeg de gehakte spinazie toe en roerbak tot deze geslonken is.
4. Haal de pan van de plaat en giet de inhoud van de pan in een zeef/vergiet en laat het vocht goed uitlekken en zet opzij.
5. Snijd dunne plakjes van de bieten.

Lasagne

1. Snijd Bedek de bodem van een ovenschaal met een dun laagje bechamelsaus.
2. Leg een enkele laag lasagnevellen op de saus.
3. Verdeel de helft van de spinazie met champignons gelijkmatig over de lasagnevellen.
4. Verdeel wat bieten plakjes over de spinazie.
5. Voeg een beetje van de bechamelsaus toe om de spinazie en biet te bedekken.
6. Leg een nieuwe laag lasagnevellen en ga zo verder met laagjes bouwen.
7. Eindig met een laag bechamelsaus en de geraspte Parmezaanse kaas.
8. Bak de lasagne in de oven in ca. 40 minuten bruin en gaar.