

Hoy vamos a preparar también una lasaña de verduras. Para ello, utilizamos los siguientes ingredientes: una o dos cucharadas soperas (0:10) de aceite de oliva, un diente de ajo, una cebolla, una rama de apio, dos zanahorias, un calabacín, una o dos cucharadas de puré de tomate, (0:18) una taza de caldo, sal y pimienta al gusto, media cucharadita de orégano y media cucharadita de albahaca. También necesitaremos entre 8 y 10 placas de lasaña cocida, (0:26) un cuarto de litro de salsa bechamel, 60 gramos de queso parmesano y 125 gramos de mozzarella.

La bechamel la sabemos hacer todos: la ponemos en una olla o sartén con leche caliente, agregamos la harina de maíz (yo uso harina de maíz) (0:38) y removemos constantemente mientras se cocina. Añadimos sal y nuez moscada para darle sabor.(0:46) Para el relleno, calentamos el aceite de oliva en una sartén y doramos el ajo. Luego, rehogamos el apio, el calabacín y las zanahorias, que previamente (0:52) hemos lavado y cortado en trozos pequeños. Agregamos el puré de tomate y removemos hasta que esté bien integrado.

Incorporamos el caldo, la sal, la pimienta, el orégano y la albahaca, y dejamos cocinar hasta que las verduras estén en su punto.

Engrasamos la base de una bandeja de horno y colocamos las placas de lasaña, alternando capas de verduras cocidas con queso parmesano y un poco de pimienta.

En la última capa, añadimos las rodajas de mozzarella. Llevamos la lasaña al horno precalentado a 180-200°C durante 15-20 minutos.

Una vez lista, la sacamos del horno, decoramos y servimos. Dependiendo de cada horno, es importante ir revisando la cocción para evitar que quede cruda o se quemé.

¡Y ahora, vamos a preparar otra receta!