

DINNERLY



Lasagne met vegetarisch gehakt met bonen en cheddar-bechamelsaus



ca. 1u



2 personen

Houd een diner(tje) met onze XXL-recepten! Of je nu een gezellige avond met vrienden organiseert of graag wat overhoudt voor de lunch morgen – dankzij de dubbele porties plan je je maaltijden zoals ze voor jou het beste uitkomen. Eén keer koken, twee keer genieten: eenvoudig, praktisch, heerlijk. (Met dit recept maak je 4 of 8 porties, afhankelijk van welke box je hebt).

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g vegan gehakt ⁴
- 2 zakjes Italiaanse kruidenmix
- 1 blik biologische boterbonen
- 450g verse groentemix
- 2 blikjes biologische tomatenpuree
- 75g geraspte cheddar ²
- 250g biologische lasagnebladen ¹

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 300ml melk ²
- 3½el boter ²
- 1tl mosterd ³
- 3el bloem ¹
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- oven
- middelgrote ovenschaal
- middelgrote kookpan
- kleine kookpan
- maatbeker
- zeef
- garde

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

KOOKTIP

Met dit recept maak je 4 porties.

ALLERGENEN

gluten (1), melk (2), mosterd (3), soja (4).
Kan sporen van andere allergenen bevatten.

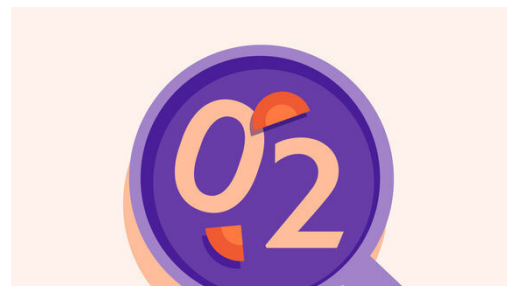
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 792kcal, vet 33.0g, koolhydraten 88.1g, eiwit 30.0g



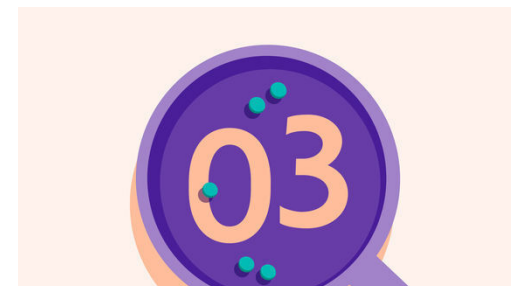
1. Gehakt rullen

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Pel 2 tenen knoflook en snij fijn. Verhit een middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak het **vegan gehakt** samen met de **kruidenmix** en knoflook in 3-4min rul. Neem uit de pan en zet opzij, de pan gebruiken we zo weer.



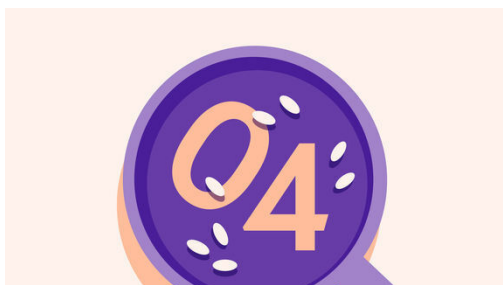
2. Saus koken

Spoel de **bonen** af in een zeef en laat uitlekken. Verhit de kookpan opnieuw op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **groentemix** 3-4min, voeg dan de **tomatenpuree**, het **vegan gehakt**, de **bonen** en 400ml water toe en laat 8-10min koken. Kruid rijkelijk met peper en ½tl zout.



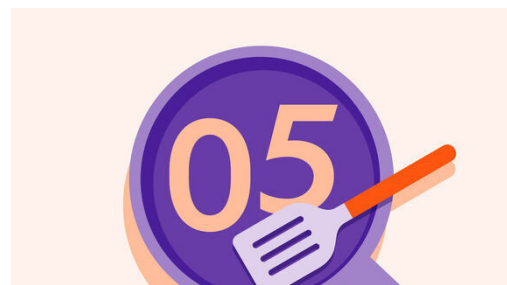
3. Kaassaus bereiden

Smelt 3el boter in een kleine kookpan op laag vuur. Roer met een garde 3el bloem door de boter totdat er een pasta ontstaat. Roer 1tl mosterd door de pasta en voeg dan beetje voor beetje 300ml melk en 100ml water toe, waardoor een **saus** ontstaat. Roer de **helft van de cheddar** door de **saus** en laat goed smelten. Kruid met ½tl peper en zout.



4. Lasagne opbouwen

Vet een ovenschaal van 30x20cm in (zie **stap 6**) met ½el boter. Houd ¼ van de **kaassaus** apart. Giet ½ van de **overgebleven kaassaus** in de schaal, leg er **1 laag lasagnebladen** (ca. 3 bladen) op, giet er ½ van de **vleessaus** op en dek af met **1 laag lasagnebladen**. Herhaal dit proces nog twee keer.



5. Lasagne bakken

Bedek de **lasagne** met de achtergehouden **kaassaus** en bestrooi met de **overgebleven cheddar**. Bak de **lasagne** ca. 30min in de oven tot ie pruttelt en de **kaas** goudbruin kleurt. Haal uit de oven en laat ca. 5min rusten, snij dan in stukken en serveer.



6. Grootte doet ertoe

Om de verhouding tussen saus en lasagnevellen goed te krijgen, is het belangrijk om een ovenschaal van ongeveer 30x20cm te gebruiken: anders krijg je lasagnesoepp, wat grappig is maar niet zo lekker smaakt.