

DINNERLY



Groentelasagne met mozzarella met paprika en courgette



ca. 50min



2 personen

Vandaag serveren we lasagne met lekker veel groenten. We laten de traditionele béchamelsaus en het gehakt achterwege, maar dat doet niets af aan de smaak. Met courgette, een frisse tomatensaus met paprika en gesmolten mozzarella is elke laag even verrukkelijk. Dus prik van alles een beetje op je vork en geniet!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 courgette
- 1 rode paprika
- 1 zakje Italiaanse kruidenmix
- 500g tomatenpassata
- 1x lasagnebladen ¹
- 100g geraspte mozzarella ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- suiker
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- oven met ovenschaal
- middelgrote kookpan
- maatbeker
- aluminiumfolie

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

ALLERGENEN

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 812kcal, vet 21.1g, koolhydraten 119.7g, eiwit 31.3g



1. Groenten snijden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Snij de **courgette** in plakken van ca. 1cm dik. Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snij het vruchtvlees in stukken van 2-3cm. Pel 1 teen knoflook en snij grof.



2. Saus maken

Verhit een middelgrote kookpan met 1el olijfolie op middelhoog vuur. Bak de **paprika** ca. 3min, voeg dan de **kruidenmix** en knoflook toe en bak nog 1min. Roer de **tomatenpassata**, 200ml heet water, een flinke snuf zout en ½tl suiker erdoor en breng aan de kook. Neem de **saus** van het vuur, proef en breng op smaak met peper, zout en suiker.



3. Lasagne maken

Bedek de bodem van een middelgrote ovenschaal met wat **saus** en verdeel er een laag **lasagnebladen** over. Breek ze evt. als ze niet precies passen. Schep een laag **saus** over de **bladen**, leg de **courgette** erop en dek weer af met een laag **lasagnebladen**.



4. Lasagne afmaken

Schep opnieuw een laag **saus** over de **bladen** en bedek die met de **helft van de mozzarella**. Verdeel de **rest van de lasagnebladen** en de **rest van de saus** in meerdere lagen over de **mozzarella**. Voeg dan de **rest van de mozzarella** als laatste laag toe.



5. Lasagne bakken

Bak de **lasagne** 15min in de oven, dek 'm dan af met aluminiumfolie en bak nog 20-25min, tot de **lasagnebladen** gaar zijn. Haal de **lasagne** uit de oven en laat ca. 10min rusten. Verdeel 'm in porties en serveer.



6. Groene extra's

Als je nog een peterselie- of basilicumplantje in je vensterbank hebt staan kun je een paar blaadjes plukken, kleinsnijden en aan je saus toevoegen. Of gebruik ze om je borden te versieren.