

Broccoli-feta lasagne

met champignons en geraspte courgette



30-40min



2 personen

Deze lasagne is een grote favoriet in de Marley Spoon testkeuken! Je maakt 'm met allerlei lekkers: broccoli, champignons, courgette en feta. Bak 'm dan gaar in de oven zodat het een mooi goudbruin korstje krijgt. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- geraspte mozzarella ⁷
- courgette
- feta ⁷
- verse lasagnebladen ¹
- gemalen nootmuskaat
- witte champignons
- broccoli
- knoflook

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- zout
- zwarte peper

Kookgerei

- aardappelstamper
- koekenpan
- keukenrasp
- kookpan
- ovenschaal

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 775kcal, vet 27.3g, koolhydraten 82.0g, eiwit 45.3g



1. Ingrediënten voorbereiden

Heteluchtoven voorverwarmen op 200°C. Waterkoker met ruim water aan de kook brengen. **Courgette** grof raspen. **Champignons** in ca. 1/2cm dikke schijfjes snijden. **Broccoli** grof in ca. 2cm grote stukken snijden. **Knoflook** pellen, fijnhakken.



4. Groenten aanbraden

Grote koekenpan met 1el olie op hoog vuur verhitte. **Champignons** toevoegen en ca. 2-3min bakken, dan **courgette**, **knoflook**, snuf zout en peper toevoegen en nog ca. 2min bakken. Dan van het vuur halen.



2. Lasagnebladen zacht maken

4 **lasagnebladen** in een grote ovenschaal leggen. 1el olie toevoegen zodat ze niet aan elkaar plakken, dan beetje van zojuist gekookte water er overheen gieten zodat de lasagnebladen zachter worden.



5. Lasagne bouwen

Beetje van **broccoli-mengsel** gelijkmatig over bodem van ovenschaal verdelen. Dan **lasagneblad** daar bovenop leggen, daar wat **champignon-courgettemengsel** daarover verdelen. Dit steeds herhalen, daarbij opletten dat je genoeg van het **broccoli-mengsel** overhoudt om de bovenste laag te kunnen maken.



3. Broccoli koken

Ondertussen gehakte **broccoli** in middelgrote kookpan leggen, met rest van zojuist gekookte water overgieten en in ca. 6-8min op laag vuur koken totdat **broccoli** volledig gaar is. Dan water afgieten en **broccoli** terug in pan doen. **Feta** erboven verkruimelen en met aardappelstamper geheel tot gladde puree stampen. Puree met **nootmuskaat**, snuf zout en peper kruiden.



6. Lasagne afmaken

Geraspte mozzarella gelijkmatig over **lasagne** verdelen, met een snuf zout en peper kruiden en in ca. 10-15min in oven goudbruin bakken.