



Romige lasagne met prei en courgette

Met verse kruiden en grana padano



Knoflookteen



Prei *



Verse oregano *



Verse salie *



Verse tijm *



Kookroom *



Courgette *



Rode peper *



Verse lasagnebladen *



Geraspte grana padano *



Totaal: **50-55** min.



Veggie



Veel handelingen



Family



Eet binnen **5** dagen

Deze romige lasagne met verse lasagnebladen is een van onze veggie-favorieten. Als een echte chef maak je zelf een roux van boter en bloem – de basis voor de lekkerste sauzen. Met grana padano, salie, oregano en verse tijm tover je deze roux om tot een heerlijke saus.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Pan met deksel, hapjespan, garde en ovenschaal.

Laten we beginnen met het koken van de **romige lasagne met prei en courgette**.



1 VOORBEREIDEN

Verwarm de oven voor op 200 graden. Breng 200 ml water per persoon aan de kook in een pan met deksel en verkruimel er ¼ bouillonblokjes per persoon boven. Pers ondertussen de **knoflook** of snijd hem fijn. Verwijder de zaadlijst van de **rode peper** en snijd fijn. Snijd de **prei** in dunne ringen en ris de blaadjes van de takjes **verse tijm**. Pluk de blaadjes van de takjes **verse oregano** en de **verse salie** en snijd de blaadjes fijn.



4 LASAGNE MAKEN

Vet een ovenschaal in met de olijfolie. Schenk, om te beginnen, een dun laagje saus in de ovenschaal. Bedek met een deel van de **lasagnebladen** ★★★ en druk deze goed aan. Verdeel de plakken **courgette** over de **lasagnebladen**, bedek weer met een laagje saus en een beetje geraspte **grana padano**. Herhaal tot bijna alle saus is gebruikt.

★★★TIP: Snijd de lasagnebladen op maat, zodat ze in jouw ovenschaal passen.



2 ROUX MAKEN

Verhit de roomboter in een hapjespan op middelhoog vuur en fruit de **knoflook** en **rode peper** 1 minuut. Voeg de bloem toe en bak al roerend 1 minuut. Voeg ⅓ van de bouillon toe en roer met een garde tot de bouillon is opgenomen. Wacht totdat de saus zachtjes kookt en herhaal deze handeling nog 2 keer met de overige bouillon.



5 IN DE OVEN BAKKEN

Zorg ervoor dat je eindigt met een laagje saus en bestrooi de **lasagne** met de rest van de geraspte **grana padano**. Bak de **lasagne** 20 – 25 minuten in de oven, of totdat hij een mooi krokant korstje krijgt.

★TIP: De snelheid waarmee je saus indikt, is sterk afhankelijk van de pan en hoe hoog het vuur staat. De precieze kooktijden kunnen daarom verschillen. De saus hoort een dikke, lobbige consistentie te hebben.



3 SAUS AFMAKEN

Laat de saus vervolgens 3 – 4 minuten koken op middelmatig vuur, of totdat hij iets is ingedikt ★. Voeg de **verse kruiden**, de **prei** toe en zwarte balsamico toe en laat nog eens 3 – 4 minuten zachtjes koken op middellaag vuur. Voeg tenslotte de **kookroom** toe, breng eventueel op smaak met peper en zout en roer goed door ★★. Snijd of schaaf ondertussen de **courgette** in flinterdunne plakken.



6 SERVEREN

Laat de **lasagne** voor het serveren 3 minuten rusten, zodat de **lasagne** steviger wordt. Verdeel de **lasagne** over de borden.

★★★TIP: Het is niet erg als de saus niet helemaal glad is: als je stukjes ziet, is dat waarschijnlijk de fijngesneden knoflook.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Prei (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Verse oregano, salie & tijm (g) *	5	10	15	20	25	30
Kookroom (ml) 7) *	50	100	150	200	250	300
Courgette (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Rode peper (g) *	⅓	⅔	1	1½	1¾	2
Verse lasagnebladen (g) 1) 3)*	125	250	375	500	625	750
Geraspte grana padano (g) 3) 7) *	15	25	35	50	65	80

Zelf toevoegen

Groentebouillonblokjes (st)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Zwarte balsamicoazijn (el)	1	2	3	4	5	6
Roomboter (el)	1½	3	4½	6	7½	9
Bloem (el)	1½	3	4½	6	7½	9
Olijfolie (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN PER PORTIE PER 100 g


Energie (kJ/kcal)	3615 / 864	680 / 163
Vet totaal (g)	39,7	7
Waarvan verzadigd (g)	22,5	4,2
Koolhydraten (g)	96	18
Waarvan suikers (g)	17,2	3,2
Vezels (g)	7	1
Eiwit (g)	27	5
Zout (g)	6,8	0,3

ALLERGENEN

1) Gluten 3) Eieren 7) Melk/lactose

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

   #HelloFresh

 Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).