

Vegeterijanske lasanje



Sastojci

Potrebno je:

- 100 g pšenичnih ili ovsenih pahuljica
- 3 velike glavice crnog luka
- 100 g mlevenog kikirikija
- 4 paprike
- 3 paradajza
- 2 kašike sojinih ljuspica
- 3-4 češnja sitno seckanog belog luka
- 1-2 kašike brašna
- 1/2 l mleka
- 200 g trapista
- 1 pakovanje testa za lasanje
- malo suvog biljnog zacina
- malo bosiljka
- malo mente
- malo bibera
- malo peršuna

Prpriema

I Fil: Potopiti 100 g pšenичnih ili ovsenih pahuljica u cinijicu sa vodom. Dugo dinstati 3 velike glavice crnog luka, pa im dodati potopljene pahuljice i 100 g mlevenog kikirikija. Zaciniti vegetom.

II Fil: Propržiti na ulju 4 iseckane paprike i dodati pire od 3 paradajza (može i svež, ali ga u tom slucaju treba oljuštiti). Zaciniti sa malo vegete, bosiljkom, mentom, biberom i peršunom. Dodati 2 kašike sojinih ljuspica i 3-4 češnja sitno seckanog belog luka.

III Fil - bešamel sos: Propržiti na ulju 1-2 kašike brašna i lagano sipati 1/2 l mleka. Stalno mešati na tihoj vatri i

dodati 200 g narendanog trapista i malo soli. Paralelno, kratko prokuvati testo za lazanje u vodi sa malo ulja. Režati sloj testa, 1. fil, 2. fil i bešamel sos i tako redom, dok se ne upotrebi sav materijal.

Staviti da se pece oko 30 minuta i pred kraj izvaditi i posuti rendanim trapistom.