

PRIMI PIATTI

Lasagne di zucchini e melanzane

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [40 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Un primo piatto un po' anomalo, queste **lasagne di zucchini e melanzane** prevedono l'utilizzo della sfoglia solo nel primo strato e per chi volesse farne a meno si potrebbe persino eliminare! Al posto della sfoglia all'uovo utilizziamo strati di zucchini e melanzane grigliate. Un'idea davvero furbissima per realizzare un primo piatto leggero e gustoso, provate la nostra ricetta! Per la sicura riuscita vi raccomandiamo di fare la [besciamella](#) fresca e usare verdure di stagione. Scopri le nostre migliori [ricette con le melanzane](#).

Insomma una bella, e possiamo dirlo, buonissima alternativa [vegetariana](#) alle [lasagne classiche](#),

provatela!

INGREDIENTI

LASAGNE SECCHHE sfoglie - 4
ZUCCHINE 4
MELANZANE 3
POMODORI VERDI 2
PARMIGIANO REGGIANO 80 gr
EMMENTALER
BURRO 20 gr
SALE

PER LA BESCIAMELLA

BURRO 75 gr
FARINA 75 gr
LATTE INTERO 1 l
MENTA foglie piccole - 10
PEPE NERO 1 cucchiaino da tè
SALE

PREPARAZIONE

- 1 Quando volete realizzare queste lasagne di zucchine e melanzane, come prima cosa lavate e spuntate le verdure, quindi affettatele molto molto sottilmente aiutandovi con una mandolina.



- 2 Mettete sul fuoco una o due griglie in ghisa, con due griglie ci metterete la metà del tempo e grigliate tutte le fette di zucchine e melanzane.



- 3 A questo punto passate alla preparazione della besciamella: prendete un tegame che possa contenere più di un litro di liquidi, mettetelo sul fuoco e fatevi fondere il burro.



- 4 Unite la farina al burro nella casseruola e fate cuocere fino a che il composto non abbia assunto un colore dorato.



- 5 Versate, a questo punto, il latte mescolando continuamente con una frusta e lasciate addensare sul fuoco moderato.



6 Insaporite la besciamella con le foglioline di menta, il sale e il pepe.





- 7 Quando spegnerete il fuoco sotto la besciamella questa dovrà essere ancora morbida, non dovrà essere troppo densa.

Ungete, a questo punto, la pirofila o la teglia prescelta con una noce di burro e disponete sul fondo le sfoglie di lasagna in modo tale da ricoprirlo completamente.



- 8 Ora non dovrete che alternare gli ingredienti in strati alternati: partite con uno strato di besciamella sul quale disporrete uno strato di melanzane, spolverate con il parmigiano grattugiato e distribuite uno strato di besciamella.





- 9 Procedete allo stesso modo con uno strato di zucchine, sul quale distribuirete la besciamella e dell'emmental grattugiato grossolanamente.





10 Continuate in questo modo alternando le verdure ultimando con un doppio strato di melanzane.



- 11 Distribuite sullo strato di melanzane i pomodori verdi che avrete precedentemente tagliato a dadini e un'ultimo strato di besciamella.



- 12 Infornate a 210°C per 20 - 25 minuti o fino a doratura della superficie.



- 13 Una volta cotta, fate riposare la lasagna per 10 minuti prima di sporzionarla, questo vi consentirà di ottenere porzioni più regolari e compatte.



CONSIGLI

Che spettacolo! Ma perché utilizzi i pomodori verdi?

I pomodori verdi sono più duri rispetto agli altri, e tengono meglio lo strato di besciamella. Ma se non li trovi puoi utilizzare dei rossi molto sodi.

Potrei utilizzare anche della zucca grigliata?

Perché no, a patto che tu la tagli sempre molto sottile, facci sapere!

Mi daresti altre ricette di primi piatti con verdure?

Se giri sul sito di cookaround ce ne sono tantissime, ma per il momento ti consiglio: [risotto alla zucca](#) e [pasta con salsiccia e zucchine](#)