

PRIMI PIATTI

Lasagne vegetariane

di: *Cookaround*

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Che meravigliosa bontà sono le **lasagne vegetariane**! Di certo il primo ideale per chi non mangia carne ma saranno di certo gradite ed apprezzate anche dagli onnivori! Un piatto facile e furbo perché può essere preparato in anticipo e poi servito al momento giusto. Gli strati di verdure che si alternano rendono questo primo anche molto allegro e colorato, l'ideale anche se ci sono bambini a tavola perché mette tanta allegria. Provate questa ricetta, seguendo il nostro passo passo non avrete nessun intoppo! Se amate poi i piatti con tanti ortaggi diversi, provate anche la ricetta della teglia con [zucca e finocchi](#) al forno: buonissima!

INGREDIENTI

SFOGLIE DI PASTA FRESCA ALL'UOVO
250 gr
MELANZANE 1
ZUCCHINE 2
PEPERONI 1
POMODORI 4
CIPOLLE ½
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
SALE
PEPE NERO

PER LA BESCIAMELLA

FARINA 50 gr
BURRO 50 gr
LATTE INTERO 500 ml
SALE
PEPE NERO
NOCE MOSCATA

PREPARAZIONE

1 Quando volete realizzare la ricetta delle lasagne vegetariane, per prima cosa partite con il fare la besciamella. Sciogliete quindi all'interno di un pentolino il burro poi aggiungete la farina, mescolate e dopo qualche minuto aggiungete il latte. Fate addensare regolando a metà cottura di sale, pepe e noce moscata. In una padella capiente da parte mettete un giro di olio al quale aggiungerete la cipolla a fette sottili. Fate rosolare e quando sarà appassita aggiungete le melanzane, le zucchine e il peperone tagliati tutti a cubetti. A metà cottura aggiungete i filetti di pomodoro. Salate e portate a cottura per circa 15 minuti. Quando saranno cotti togliete dal fuoco e procedete ad assamlare le lasagne. In una teglia imburrata mettete una cucchiata di besciamella, quindi aggiungete una sfoglia di pasta all'uovo sbollentata, copritela con le verdure e un ulteriore cucchiaio di besciamella. Procedete in questo modo fino alla fine di tutti gli ingredienti. Sull'ultimo strato mettete oltre alla besciamella una generosa spolverata di parmigiano grattugiato. Infornate in forno statico per circa 25 minuti. Le vostre lasagne vegetariane sono pronte per essere servite.

CONSIGLIO