

PRIMI PIATTI

Lasagne vegetariane

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [30 min](#) COTTURA: [70 min](#) COSTO:

[basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Alzi la mano chi non ama le [lasagne](#): un classico [primo piatto](#) della nostra tradizione culinaria di cui esistono infinite varianti, una più buona dell'altra! La ricetta di queste lasagne vegetariane, per esempio, è davvero speciale! Le sfoglie di [pasta fresca](#) si alternano a strati di verdure saporite, cremosa [besciamella](#) e formaggio filante per un primo piatto davvero ricco e appetitoso che piacerà a tutti, carnivori compresi. Scommetti che anche i bambini non sapranno resistere alle verdure in questa veste? Invita tranquillamente i tuoi amici a cena, e porta in tavola questo primo piatto al forno profumato e ricco di sapore: con la nostra ricetta delle lasagne vegetariane, completa

di video e passo passo fotografico, vai sul sicuro!

Potrebbero interessarti anche queste ricette:

[Gnocchi di ricotta](#)

[Spatzle](#)

[Bigoli in salsa](#)

[Passatelli in brodo](#)

[Tagliatelle funghi e salsiccia](#)

INGREDIENTI

SFOGLIE DI PASTA FRESCA ALL'UOVO

250 gr

PROVOLA 150 gr

MOZZARELLA 150 gr

POMODORI 4

ZUCCHINE 2

MELANZANE 1

PEPERONI 1

CIPOLLE ½

PARMIGIANO REGGIANO

GRATTUGIATO

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPE NERO

PER LA BESCIAMELLA

LATTE INTERO 1 l

FARINA 100 gr

BURRO 100 gr

NOCE MOSCATA

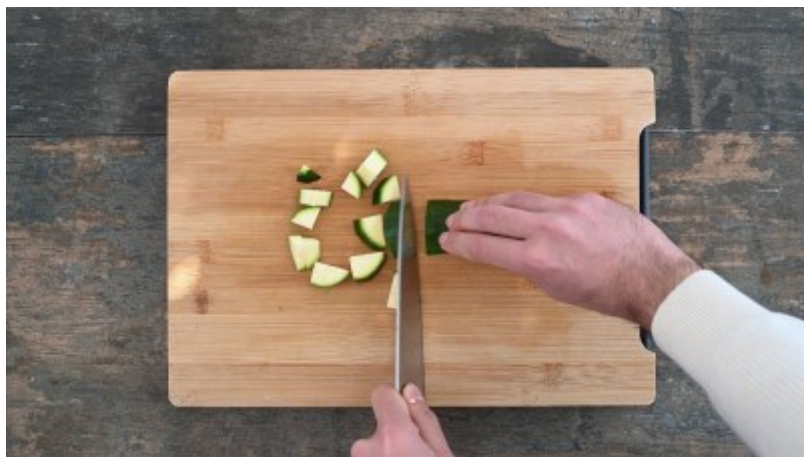
SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Ecco come cucinare delle deliziose lasagne vegetariane: per prima cosa prepara gli ingredienti che ti serviranno, in modo da non interrompere il lavoro una volta che avrai cominciato. Taglia a cubetti la provola e la mozzarella e mettili da parte, taglia a cubetti anche la zuccina e la melanzana, infine, affetta la cipolla. Monda il peperone e riducilo a

dadini, taglia i pomodori a filetti.





- 2 Scalda l'olio in una padella e rosola la cipolla, aggiungi le zucchine, le melanzane e i peperoni, mescola bene, aggiusta di sale e pepe. Quando le verdure saranno cotte, unisci i pomodori e tieni da parte.





- 3** Passa alla preparazione della besciamella: sciogli il burro in un pentolino, poi versa la farina tutta in una volta, mescola energicamente con una frusta fino ad ottenere un composto dorato: il roux. A questo punto versa il latte caldo, prima una piccola parte e poi il resto. Continua a mescolare a fuoco dolce fino a raggiungere la consistenza desiderata, insaporisci con sale, pepe e noce moscata.







- 4 Imburra una pirofila e cospargi il fondo con qualche cucchiaio di besciamella. Disponi le sfoglie di pasta e aggiungi uno strato di verdure, poi distribuisce parte del formaggio a cubetti. Ricopri con la besciamella e cospargi con il formaggio grattugiato.





5 Prosegui con gli strati fino ad esaurimento degli ingredienti, termina con uno strato di

verdure, coperto da besciamella e cosperso di Parmigiano. Cuoci in forno statico preriscaldato a 200° per 30-40 minuti. Servi le lasagne vegetariane ancora calde.

