

PRIMI PIATTI

Lasagna Senza Cottura Fresca e Veloce

LUOGO: Europa / Italia / Sardegna

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Quando il termometro sale a dismisura, anche solo guardare i fornelli spenti sembra uno sport estremo.

La soluzione per non rinunciare al gusto è una geniale **lasagna fredda con pane carasau**. Una vera e propria **lasagna senza cottura** golosa e semplice da fare!

Questo **primo piatto estivo senza fornelli** ti regala tutta la soddisfazione dei classici strati cremosi, ma con una freschezza assoluta e zero fatica in cucina.

Il trucco è semplicissimo: utilizzare il tradizionale [pane carasau](#) esattamente come se fosse una sfoglia

all'uovo. Basterà inumidirlo un secondo per renderlo subito elastico.

Riposando al fresco, questo **pane carasau farcito freddo** assorbirà dolcemente i succhi del pomodoro e la morbidezza dello stracchino, trasformandosi in un piccolo capolavoro di consistenze.

D'altronde, il pane ammorbidito ad arte è il vero re dei mesi caldi. Basti pensare alla magia rustica di una [panzanella](#) o alla golosità di una [panzanella al tonno](#).

Se ami ampliare il tuo ricettario di **lasagne fredde veloci senza cottura**, le idee furbe per non sudare ai fornelli non mancano di certo.

Potresti alternare questa ricetta a un praticissimo [couscous freddo estivo senza cottura](#), il salvacena perfetto da preparare in anticipo.

O magari, per un pasto ancora più light e colorato, lasciarti tentare da freschissimi [zoodles con salmone e avocado](#), pronti in un lampo.

Ma ora torniamo alla nostra **lasagna estiva pane carasau**: prepara la pirofila, organizza gli ingredienti sul piano di lavoro e iniziamo subito a comporre gli strati!

INGREDIENTI PER LA LASAGNA DI PANE CARASAU

PANE CARASAU fogli grandi - 4

STRACCHINO o crescenza - 300 gr

PROSCIUTTO COTTO a fette - 150 gr

POMODORI RAMATI grandi e maturi - 2

BASILICO 1 ciuffo

ACQUA TIEPIDA 1 bicchiere

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

ORIGANO SECCO

SALE

PEPE NERO

COME FARE LA LASAGNA SENZA COTTURA PER 4 PERSONE

1 Per la base, bagna velocemente il primo foglio di **pane carasau** in una ciotola con **acqua tiepida e leggermente salata**.

Basta appena **un secondo per lato**: in questo modo il pane diventerà subito morbido ed elastico, evitando che si rompa durante il montaggio.

2 Per la base, bagna velocemente il primo foglio di **pane carasau** in una ciotola con **acqua tiepida e leggermente salata**.

Basta appena **un secondo per lato**: in questo modo il pane diventerà subito morbido ed elastico, evitando che si rompa durante il montaggio.

3 **Adagia il pane** sul fondo di una pirofila rettangolare. Se necessario, spezzettalo delicatamente con le mani per **coprire bene tutta la superficie**.

In una ciotolina, lavora lo **stracchino** con un filo d'**olio extravergine d'oliva** e un pizzico di **pepe nero** fino a renderlo fluido e facilissimo da spalmare.

4 **Spalma una parte di stracchino** sul foglio di pane carasau: il trucco furbo è usare il **dorso di un cucchiaino bagnato** per stenderlo facilmente senza sollevare la base.

Distribuisci poi il **prosciutto cotto** sopra la crema di formaggio, creando uno **strato uniforme e compatto**.

5 Affetta i **pomodori molto sottili** e adagiali sopra il prosciutto. Condiscili direttamente nella pirofila con un pizzico di **sale, origano e basilico fresco** spezzettato a mano.

Ripeti tutti i passaggi alternando un nuovo strato di pane carasau bagnato, crema di formaggio, prosciutto e pomodori fino a esaurimento degli ingredienti (l'ideale è realizzare **almeno 3 strati**).

6 **Termina la superficie** decorando con gli ultimi ingredienti rimasti: prosciutto, pomodoro, qualche ciuffetto di stracchino e foglioline di **basilico fresco intero**.

Fai riposare la preparazione in **frigorifero per almeno 30-40 minuti** prima di portarla in

tavola.

Questo riposo è fondamentale: permetterà al pane carasau di assorbire l'umidità del pomodoro e del formaggio, trasformandosi in una **lasagna fredda** dalla consistenza pazzesca.

COME SI CONSERVA LA LASAGNA SENZA COTTURA DI PANE CARASAU

Puoi conservare la tua **lasagna fredda di pane carasau** in frigorifero, ben coperta con pellicola per alimenti o in un contenitore ermetico, per un massimo di **1-2 giorni**.

Se stai organizzando una **scampagnata o il pranzo di Ferragosto** al mare o in montagna, questa è la ricetta ideale da preparare in anticipo e portare con te.

Per il trasporto fuori casa, riponi la pirofila in una **borsa termica con mattonelle di ghiaccio**: la catena del freddo è fondamentale per preservare la freschezza dello stracchino e del prosciutto.

Un trucco pratico: prima di partire, dividila già in **porzioni singole in contenitori ermetici**. In questo modo eviterai di rovinare gli strati durante il picnic e sarà facilissima da servire!