



290 gram
groenten per
portie *

Frisse lasagne

met citroen ricotta en verse basilicum

Het woord 'lasagne' is afgeleid van het Griekse woord 'leganon' en is de alleroudste pastasoort. Het komt oorspronkelijk dan ook niet uit Italië, zoals de meesten denken, maar uit Griekenland. Wij maken vandaag een lasagne van verse pasta, zodat we de maaltijd toch lekker snel op tafel staat.

30 min | 830 kcal

*Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website*



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Courgette	st	0.5	1	2	2
Citroen	st	0.25	0.5	1	1
Ricotta	g	125	250	375	500
Tomaat	g	150	300	300	600
Lasagne bladen	g	100	200	300	400
Geraspte kaas	g	25	50	75	100
Verse basilicum	st	0.25	0.5	1	1
<i>zelf toevoegen:</i>					
Olijfolie	el	1	2	3	4
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht online met #ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Verwarm de oven voor op 200 °C en bekleed een bakplaat met bakpapier. Zorg dat de oven goed heet is.
2. Was de courgette en snijd in dunne plakken. Leg de plakken naast elkaar op de bakplaat en strooi er wat zout overheen. Rooster circa 10 minuten in de hete oven.
3. Rasp intussen de citroen en pers het sap uit. Doe de ricotta in een kom en meng met citroenrasp en -sap en een scheutje olie. Roer alles goed door elkaar, proef en breng op smaak met zout en peper. Was de tomaat en snijd in dunne plakjes.
4. Vul een ovenschaal met laagjes ingrediënten: wissel courgette, verse pasta, tomaten, basilicumblaadjes, geraspte kaas en ricotta met elkaar af. Zorg dat de bovenkant bedekt is met een laagje kaas en bak de lasagne 10-15 minuten in de hete oven.

Tip: Je kan ook nog een beetje chilivlokken bij de ricotta doen.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

