

# LASAÑA CON VERDURAS

## INGREDIENTES:

Relleno

- $\frac{1}{4}$  de queso enmental
- 300 g de brócoli
- 150 g de coliflor
- 150 g de zanahorias (1 o 2)
- 150 g de champiñones (ya limpios)
- 100 g de alcachofas (ya limpias)
- 1 cebolla
- 1 puerro (la parte blanca)

Optativo: un poco de col rizada o un poco de apio.

- Sal, tomillo, pimienta blanca.
- 70 g de aceite
- 18 láminas de pasta para lasaña

## PREPARACIÓN:

Rallar el queso y reservar. Cocer le brócoli en ramitas en el cestillo con 1 l. de agua 12 minutos 100°, Velocidad 4.

Trocear la zanahoria y la coliflor 6 segundos Velocidad 3  $\frac{1}{2}$ . Trocear la alcachofa, el champiñón y la col rizada. Trocear el puerro y la cebolla 6 segundos  $\frac{1}{2}$ . Sofreír con 70 g de aceite 5 minutos, 100 ° velocidad 1  $\frac{1}{2}$ , Cuando termine poner la mariposa. Añadir la coliflor y la carlota y rehogar 10 minutos 100 °, Velocidad 1, al concluir esto añadir la alcachofa, el champiñón y la col rizada 8 minutos 100°, Velocidad 1. Cuando termine sazonar con tomillo, sal y pimienta y añadir medio cubilete de caldo de cocer el brócoli y programar 5 minutos 100° , Velocidad 1.

Montar la lasaña: Capa de láminas de pasta para lasaña. Capa de verduras mezcladas con ramitas de brócoli y queso rallado. Terminando con una capa de pasta. Cubrir con Bechamel, y por encima queso rallado y mantequilla. Gratinar.