



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Lasagne med grønnsaks- og linsesaus, salat og urtedressing

## Grønnsaks- og linsesaus

1 stk gul løk  
½ stk hvitløksfedd  
2 stk gulrøtter  
1 stk squash  
1 pakke linser  
400 g hakkede tomater  
1 pakke grønnsaksbuljong  
½ pakke kryddermiks med hvitløk og persille

## Lasagne

150–200 g lasagneplater  
250 g bechamelsaus

## Salat

50 g tobladssalat  
1 stk tomat  
½–1 pakke urtedressing

salt <sup>B</sup>  
pepper <sup>B</sup>  
olje <sup>B</sup>  
sukker <sup>B</sup>  
olivenolje <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
2. **Grønnsaks- og linsesaus:** Skrell og finhakk løken og hvitløken. Skrell gulrøttene, og kutt gulrøttene og squashen i terninger. Sil laken av linsene, og skyll dem i kaldt vann.
3. **Grønnsaks- og linsesaus, fortsettelse:** Varm opp en kjele til middels varme, og ha i litt olje. Stek løken og hvitløken i et par minutter, til løken er blank. Tilsett gulrøttene, squashen, de hakkede tomatene, grønnsaksbuljongen og kryddermiksen. Kok opp, og la sausen småkoke i 8 minutter. Tilsett linsene når det gjenstår 3 minutter av koketiden. Smak til med salt, pepper og sukker.
4. **Lasagne:** Smør en ildfast form med olje. Begynn og avslutt med bechamelsausen, og fordel bechamelsausen, linsesausen og lasagneplatene lagvis i formen, helt til du er tom for saus. Stek lasagnen i ovnen i 20 minutter.
5. **Salat:** Skyll og tørk salaten. Bruk gjerne en salatslynge. Kutt tomaten i terninger. Bland sammen salaten, tomaten, litt olivenolje og salt i en salatbolle. Ha urtedressingene over salaten ved servering.
6. God middag!
7. **Restetips:** Lasagne er kjent for å være enda bedre på dag to!



## TIPS!

Ha litt finhakkert chili eller tørkede chiliflak i sausen for mer smak.