



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



45 MIN. TILBEREDNING

Vegetarisk moussaka med linser og tomatsalat

Det skal du bruge

1 stk aubergine
60 g røde linser
2½ dl mornaysauce
½ stk løg
¼ stk hvidløg solo
1 tsk herbes de provence
400 g hakkede tomater
½ pose bouillon, grøntsag
½ stk kanelstang
1 stk bagekartoffel
100 g revet ost
50 g salatmix napolitana
75 g cherrytomater

Du skal selv have:

Olivেনolio, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen og varm op til 175°C. (Varmluft)
- 2 **Aubergine:** Fjern top og bund af aubergine og skær i 1 cm tykke skiver. Læg dem på en bageplade med bagepapir og pensl med lidt olivenolie. Krydr med salt og peber. Bag dem i ca. 20 min.
- 3 **Kartofler:** Skræl og skær kartoflerne i tynde skiver. Kog skiverne i en smule vand ca. 10 min.
- 4 **Tomatsauce:** Pil og hak løg og hvidløg fint. Varm en gryde op med lidt olie og steg løg og hvidløg i 2-3 min. Tilsæt herb de provence, bouillon, hakket tomat, kanel, linser og 1 dl vand. Kog det hele under låg i ca. 15 min. Smag til med salt og peber.
- 5 **Moussaka:** Fordel aubergine i bunden af et ildfast fad og fordel saucen over. Læg kartoflerne i lag ovenpå og hæld mornaysauce på. Drys til slut med revet ost og bag moussaka i ovnen i ca. 15 min. til osten har fået lidt farve.
- 6 **Tomatalat:** Del tomaterne i halve og bland dem i salaten. Kom lidt olivenolie og salt på og server til moussaka'en.

Allergener

Mælk, Selleri

Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.



Næringsværdier

Energi pr. portion: 2.693 kJ / 644 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt	23,5 g
heraf mættede fedtsyrer	12,2 g
Kulhydrat	72,5 g
heraf sukkerarter	23,2 g
Protein	35,5 g
Salt	5,0 g
Kostfibre	12,8 g