

GORM'S ØKO LASAGNE

INGREDIENSER

4-6 Personer

300 gr. øko oksekød.
2 store øko rødløg.
4 fed øko hvidløg.
2 dåser øko hakkede tomater.
70 gr. øko tomatpure.
150 gr. øko gulerod.
150 gr. øko knoldselleri eller anden rodfrugt.
1 pk øko lasagneplader.
2-3 spsk. øko hvedemel med top.
30 gr. øko smør.
1 liter øko mælk.
250 gr. øko ost.
Lidt øko olie til stegning.

Lidt krydderier så som oregano, basilikum, timian og muskat... Du skal ikke købe dig fattig, bare bruge lidt af det du måske har på hylden alligevel og give maden et pift af noget ekstra.



FREMGANGSMÅDE

Steg kødet af i lidt olie på en varm pande – stil til side. Skræl og skær løg og hvidløg og rist det af i lidt olie i en god rummelig gryde. Tilsæt tomatpure (svitses med i 1 min. tid). Tilsæt det ristede fars sammen med de hakkede dåsetomater. Riv knoldselleri og gulerod groft og put i gryden og lad det simre uden låg i 10-15 min. I men laves bechamel sovsen.

Smelt smørret i en gryde og put herefter melet i, mens du røre med et piskeris. Det klumper, men det skal det også. Tag gryden af varmen og put ca. 1 del vand i og rør godt rundt. Stil gryden tilbage på blusset og tilsæt et par dl mælk og rør grundigt. Varm det op og bliv ved med at tilsætte mælk, når det føles for tykt. Men pas på du ikke kommer for meget ved. Du burde kunne bruge ¾ dele af mælken.

Riv osten og når bechamellen koger tilsættes 2/3-del af osten og smag evt. til med salt, peber og muskat.

Saml lasagnen. Smag din kødsauce til og put en skelfuld i bunden af et ildfast fad. Læg et lag lasagneplader så kødsauce og lidt bechamel og dæk med et nyt lag plader. Fortsæt til der er 0,5 cm til kanten af fadet. Slut det øverste lag af med kødsauce, bechamel og resten af den revne ost.

Put lasagnen i ovnen ved 185 grader i 35-40 min. Lad gerne lasagnen hvile 10-15 min før de servere så den sætter sig og bliver mere fast og samlet i konsistensen. Server meget gerne med en god salat med oliven, tomater og olie-eddike dressing til.

COOP & CO.
LAD OS GØRE DANMARK
DOBBELT
SÅ ØKOLOGISK