elGourmet

Mini lasagne de verduras

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Orégano seco: 10 g
Cardamomo: 20 g
Salsa de tomate: 200 g
Pasta de lasaña: 20 Láminas

Ensalada

Ralladura de limón: 1/2 Unidad
Vinagre de Alcohol: 10 cc
Wasabi en polvo: 20 g
Ralladura de lima: 1/2 Unidad
Cardamomo: 10 g
Miel: 20 cc
Salsa de soja: 20 cc
Lechugas mixtas: Cantidad necesaria
Zanahoria: 1 Unidad
Aceite de Sésamo: 4 Gotas

Relleno

Cebolla de verdeo: 3 Unidades
Berenjena: 1 Unidad
Pimiento amarillo: 1 Unidad
Ricotta light: 200 g
Hinojo: 1 Bulbo
Clara de huevo: 1 Unidad
Puerro: 1 Unidad
Pimiento rojo: 1 Unidad
Peperonccino molido: 20 g
Sal y Pimienta: A gusto
Zucchini: 1 Unidad
Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

- En una olla con abundante agua hirviendo salada cocine la pasta al dente, retire y pase por agua fría.
- Corte la pasta, en círculos con un corta pastas.

Relleno

- Corte la *berenjena*, el *hinojo*, la *cebolla* de verdeo, el *puerro* y el *zucchini* en láminas.
- Corte los pimientos al medio, retire las semillas y la parte blanca y corte en tiras finas.
- En un grill bien caliente rociado con aceite de oliva coloque las verduras a grillar de ambos lados.
- Condimente con sal y pimienta.
- En un bowl coloque la *ricota*, la clara de *huevo* y el peperonchino
- Mezcle y coloque en una manga de repostería y reserve.

Armado

- En una placa para horno rociado con aceite aromatizado arme la lasaña intercalando la pasta con la mezcla de *ricota*, las verduras grilladas y salsa de *tomate*.
- Termine espolvoreando con *cardamomo* en polvo, cubra con la pasta y espolvoree con *orégano*.
- Lleve al horno precalentado a 180° a cocinar.

Ensalada

- Pele y ralle la *zanahoria*.
- En un bowl coloque la mezcla de lechugas cortadas con las manos tamaño bocado, *zanahoria* y caradamomo.
- En otro bowl prepare una vinagreta con el *vinagre* de alcohol, el *wasabi*, salsa de soja, la ralladura de lima y de *limón*, aceite de *sésamo* y miel.
- Mezcle hasta emulsionar
- Al momento de servir, condimente la ensalada con la vinagreta.

Presentación

- Sirva la lasaña junto con la ensalada.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/mini-lasagne-de-verduras