



Vapun pikalasnagne kaurajauhiksella

4 HENKEÄ



Huh, miten hyvää kasvisruokaa.

½ NIPPU KEVÄTSIPULIA
2 VALKOSIPULINKYNTTÄ
2 PORKKANAA
1 RKL RYPSIÖLJYÄ
1 PKT KAURAJAUHISTA
2 RKL TOMAATTIPYRETTÄ
1 TLK TOMAATTIMURSKAA
2 DL VETTÄ TAI TARPEEN MUKAAN
1 TL SUOLAA
RIPAUS MUSTAPIPPURIA
2 TL KUIVATTUA BASILIKAA
8 KPL LASAGNELEVYÄ
1 PKT MAUSTAMATONTA
TUOREJUUSTOA
1 PSS PARMESAANIA
½ RUUKKU PERSILJAA

Lisäksi:

1 KURKKU

1.

Kuori ja hienonna valkosipulinkynnet. Kuori ja kuutio porkkanat pieniksi kuutioiksi. Hienonna persilja ja suikaloi kevätsipulit

2.

Kuumenna öljy laakeassa kattilassa tai korkeareunaisessa paistinpannussa. Kuullota porkkanoita ja valkosipulia kattilassa 2 minuuttia.

3.

Lisää sitten kaurajauhis, kevätsipulit ja tomaattipyree. Jatka paistamista vielä hetki. Mausta suolalla, mustapippurilla ja kuivatulla basilikalla.

4.

Lisää tomaattimurska ja vesi.

5.

Riko lasagnelevyjä kastikkeen sekaan niin, että ne peittyvät. Lisää tarvittaessa hieman vettä.

6.

Laita kansi päälle ja hauduta 10-15 minuuttia niin, että lasagnelevyt kypsyvät. Viipaloi sillä aikaa kurkku.

7.

Lusikoi pinnalle tuorejuusto ja ripottele parmesan. Laita kansi takaisin päälle ja hauduta vielä noin 5 minuuttia.

8.

Viimeistele lasagne persiljalla ja tarjoa kurkkuviipaleiden kanssa.



45min.