

SANDRA MAHUT

LASAGNE



BECHT

INHOUD

LASAGNE MET VLEES

Bolognese.....	6
Gebraden kip.....	8
Kip & ontbijtspek.....	10
Pompoen & saucijs.....	12
Kalkoen & kerstomaatjes.....	14
Saucijs & ricotta.....	16
Varkensvlees & eekhoortjesbrood.....	18
Lamsvlees al ragù.....	20
Lamsvlees & doperwten.....	22
Konijn & tomaat.....	24

LASAGNE MET VLEESWAREN

Ham & tomaat.....	26
Pesto van champignons.....	28
Cheddar & chorizo.....	30
Prei & rauwe ham.....	32
Champignons & spinazie.....	34

LASAGNE MET VIS

Zalm & Parmezaanse kaas.....	36
Forel & waterkers.....	38
Tonijn & feta.....	40
Spinazie & ansjovis.....	42
Uit de zee.....	44
Krab & kerrie.....	46

LASAGNE MET GROENTEN

Spinazie & ricotta.....	48
Tomaat & mozzarella.....	50
Aubergine, courgette & paprika.....	52
Aubergine & pesto.....	54
Artisjokken.....	56
Courgette & aardappel.....	58
Groene groenten.....	60
Snijbiet & geitenkaas.....	62
Asperges & ei.....	64
Flespompoen & schapenkaas.....	66
Rauwe lasagne: courgette & pesto.....	68

LASAGNE MET KAAS

4 kazen.....	70
--------------	----



DE BASIS

Lasagne maak je door laagjes tomatensaus, bechamelsaus en deegvellen af te wisselen. Die bedek je met kaas en laat je gratineren.

BECHAMELSAUS

Deze geeft smeuïgheid en bindt. Zelfgemaakte bechamelsaus mag niet te dik zijn; hij moet zacht maar niet zwaar zijn. Breng de saus op smaak zoals je wilt.

RECEPT VOOR 600 ML

30 g boter, 30 g bloem

1 snufje zout

500 ml melk

1 snufje peper, 1 snufje nootmuskaat

Laat in een pan de boter op laag vuur smelten.

Doe de bloem en het zout erbij. Klop totdat zich een bal vormt. Voeg de melk al roerend in kleine hoeveelheden tegelijk toe. De saus moet dik en smeuïg worden. Voeg de peper en de nootmuskaat toe.

TOMATENSAUS

RECEPT VOOR 500 ML

3 eetlepels olijfolie

1 knoflookteen, gekneusd

500 g gepelde tomaten uit blik

1 theelepel suiker

zout & peper

Verwarm in een pan de olijfolie met de knoflook op laag vuur. Voeg de tomaten en de suiker toe. Laat 5-8 minuten onder af en toe roeren zachtjes koken. Breng op smaak met zout en peper.

Rode of witte lasagne? Net zoals bij pizza's vind je lasagne met of zonder tomaten. Zonder tomaten is een saus met veel vocht nodig (om het deeg te garen).

LASAGNEBLADEN

Gedroogde lasagnebladen: zijn voorgekookt en klaar voor gebruik. Bedek ze met een laagje dat vocht bevat zodat de bladen goed gaar worden.

Verse lasagnebladen: smakelijker en dikker dan de gedroogde lasagnebladen.

KAAS

Voeg kaas toe in laagjes of in plaats van de bechamelsaus. Geeft smeuïgheid en smaak.

GRATINEREN

Dek af met kaas voor een knapperig korstje. Bestrooi met kruiden om het hele gerecht te laten geuren.

DE SMAAK

De saus vul je aan met ingrediënten die je bij de hand hebt (groenten, kruiden, specerijen). Als vlees kun je restjes gebraden kip van de vorige dag gebruiken of je maakt een ragout voor een bijzondere lasagne.

VERSE KRUIDEN

Basilicum, bieslook, koriander, kervel. Haal de blaadjes van de takjes (behalve bij de bieslook) en hak die fijn om sauzen, bechamel en gegratineerde kaas van smaak te voorzien. Gebruik eventueel gedroogde kruiden of uit de diepvries.

GROENTEN

Rauw in de lasagne verwerkt voor de snelste bereiding, geroosterd voor een beetje meer smaak, gekookt voor een zachte puree.

SMAAKMAKERS

Laurier, tijm, rozemarijn of ui om de sauzen of bechamelsaus te laten geuren.

SPECERIJEN

Een klassiek onderdeel van bechamelsaus: nootmuskaat! Maar ook komijn-, paprika- of kerriepoeder om sauzen te pimpen en diepte aan het gerecht te geven.



lasagne BOLOGNESE

voor 6 personen
bereidingstijd 25 minuten
overtijd 30-40 minuten

12 lasagnebladen
olijfolie
1 ui, gesnipperd
1 knoflookteen, fijngehakt
500 g rundergehakt
500 g gepelde tomaten
uit blik
1 eetlepel gedroogde
oregano
1 theelepel Provençaalse
kruiden
zout & peper
600 ml bechamelsaus
100 g geraspte emmentaler

ovenschaal van 40 x 20 cm

Giet een scheutje olijfolie in een koekenpan en laat de ui en de knoflook hierin kleur krijgen. Voeg het gehakt toe en meng goed om het gehakt rul te maken. Doe de gepelde tomaten, de oregano en de Provençaalse kruiden erbij. Breng op smaak met een snufje zout en een snufje peper.

Verwarm de oven voor op 180 °C. Giet 1 theelepel olijfolie op de bodem van de ovenschaal. Leg 3 lasagnebladen naast elkaar. Wissel dan de volgende laagjes af: tomatensaus met gehakt, lasagnebladen en bechamelsaus. Herhaal deze handelingen en eindig met een laagje bechamelsaus. Bestrooi met de geraspte kaas en zet de schaal 30-40 minuten in de oven.



lasagne FOREL & WATERKERS

voor 6 personen
bereidingstijd 15 minuten
marineertijd 30 minuten
overtijd 25 minuten

12 lasagnebladen
500 g forelfilets (of zalmfilets), in reepjes de geraspte schil van 1 limoen
1 snufje roze peper
olijfolie
200 g waterkers
1 knoflookteen, fijngehakt
1 sjalotje, gesnipperd
zout & peper
600 ml bechamelsaus
100 g mozzarella, in plakjes

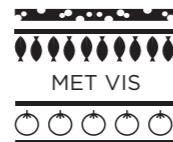
ovenschaal van 40 x 20 cm

Verdeel de reepjes forel over een groot bord, maar laat ze elkaar niet overlappen. Bestrooi met de limoenrasp en de roze peper, en sprenkel er 2 eetlepels olijfolie over. Wikkel het bord in aluminiumfolie en zet het ten minste 30 minuten in de koelkast.

Was de waterkers en verwijder de steeltjes. Hak de waterkers met een mes fijn. Giet een scheutje olijfolie in een braadpan en laat de waterkers met de knoflook en het sjalotje hierin kleur krijgen. Breng op smaak met zout en peper. Laat de waterkers afkoelen. Druk met je handen zo veel mogelijk vocht uit de waterkers.

Roer de waterkers door de bechamelsaus.

Verwarm de oven voor op 180 °C. Laat de reepjes forel uitlekken. Giet 1 theelepel olijfolie en een beetje bechamelsaus op de bodem van de ovenschaal. Leg 3 lasagnebladen naast elkaar. Wissel dan de volgende laagjes af: reepjes forel, lasagnebladen en bechamelsaus. Herhaal deze handelingen en eindig met een laagje bechamelsaus. Verdeel de mozzarella hierover en zet de schaal 25 minuten in de oven.



lasagne

TONIJN & FETA

voor 6 personen
bereidingstijd 20 minuten
overtijd 25 minuten

12 lasagnebladen
500 g tonijn uit blik
500 ml tomatensaus met
olijven of napolitana
2 eetlepels kappertjes
2 ansjovisfilets in olie
1 knoflookteen, fijngehakt
olijfolie
300 g feta, in plakjes
200 ml visfumet
de blaadjes van ½ bosje
peterselie, fijngehakt

ovenschaal van 40 x 20 cm

Meng in een kom de tonijn met de tomatensaus, waarbij je met een vork de tonijn fijnprakt. Voeg de kappertjes, de ansjovis en de knoflook toe en roer goed.

Verwarm de oven voor op 180 °C. Giet 1 theelepel olijfolie op de bodem van de ovenschaal. Leg 3 lasagnebladen naast elkaar. Wissel dan de volgende laagjes af: plakjes feta, een schep visfumet, lasagnebladen, tonijn-tomatensaus en peterselie. Herhaal deze handelingen en eindig met de feta en een beetje peterselie. Zet de schaal 25 minuten in de oven.

