



Detta är ett lågkalorirecept, vilket kan innebära att allt i förpackningen inte används. Följ receptet noggrant för att varje portion ska hålla sig under 550 kcal.



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Lasagne alle melanzane - vegetarisk auberginelasagne

Aubergine

- Aubergine 1 st
- Bakplåtspapper 1 st
- Salt 2 krm

Tomatsås

- Vitlök 2 klyftor
- Kons. körsbärstomater 1 förp
- Vatten 1 dl
- Örtmix ½ förp
- Balsamvinäger ½ förp
- Socker ½ tsk
- Grönsaksbuljong 1 förp

Lasagne

- Mozzarella 1 förp
- Tanelli hårdost 2 st
- Lasagneplattor 125 g

Ruccolasallad

- Snackgurka 1 st
- Ruccola 30 g
- Balsamvinäger ½ förp

Att ha hemma ●

- Bakplåtspapper, Olivolja,
- Salt, Socker,
- Svartpeppar, Vatten

1. Värm ugnen till 200°C (varmluft) eller 225°C (vanlig).
2. **Aubergine:** Skär aubergine i tunna skivor. Lägg på en plåt med bakplåtspapper och krydda med salt. Rosta mitt i ugnen ca 10 min.
3. **Tomatsås:** Hetta upp lite olivolja i en kastrull och fräs pressad vitlök ca 1 min. Tillsätt konserverade körsbärstomater, vatten, örtmix, balsamvinäger, socker, grönsaksbuljong och lite nymald svartpeppar. Sjud ca 5 min.
4. **Lasagne:** Bryt mozzarella i bitar. Grovriv Tannelli hårdost. Bred ut lite tomatsås i en ugnform (ca 15x20 cm). Varva lasagneplattor, tomatsås, aubergine, mozzarella och Tannelli i formen. Gratiner lasagnen mitt i ugnen ca 20 min, tills den fått fin färg.
5. **Ruccolasallad:** Skär gurka i mindre bitar. Lägg upp med ruccola i en skål och dressa med lite olivolja och balsamvinäger.
6. Servera lasagne alle melanzane med ruccolasallad.