Canelones de tofu y vegetales

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Monónimo **Recetizador:** tania Segura



Tiempo: 1 hora
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Saludable
Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 16 placas de lasaña
- 150 g de tofu
- 1/2 pimiento rojo
- 1 calabacín
- 1 cebolla
- 2 zanahorias
- 1 diente de ajo
- 150 ml de tomate triturado
- 1 pizca de orégano
- 3 dl de nata liquida
- 3 cucharadas de queso Emmental rallado
- 1 dl de aceite de oliva
- Sal y pimienta

Preparación:

Paso 1

Pelar y picar el ajo, el pimiento rojo, la cebolla, el calabacín y las zanahorias. Calentar una sartén amplia con el aceite de oliva, incorporar las verduras y estofar durante 10 minutos. Salpimentar. Desmenuzar el tofu e incorporar a las verduras junto con el tomate triturado y el orégano. Dejar cocer durante 5 minutos más retirar del fuego y reservar. Cocer las placas de lasaña siguiendo las instrucciones del fabricante. Escurrir bien. Rellenar las placas de lasaña con el salteado dándole forma de canelón. Disponer sobre una bandeja de horno, regar con la nata y espolvorear con el queso rallado. Hornear unos minutos a 200º C.