Lasaña de verduras

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

Creador: Roz



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Casera
Coste: Económico

El truco de esta receta:
Con una salsa pesto es de pecado!

Descripción:

Estás sentad@? Esta receta marcará un antes y un después en tu vida...los planetas se alinearán!!

Ingredientes para 4 personas :

- 4 Cebolla
- 2 Berenjena
- 6 Tomates maduros
- 1 Rama de tomillo
- 1 Hoja de laurel
- 2 Dientes de ajo
- a tu gusto de Queso para gratinar
- 7-8 de Hojas de albahaca
- 2 Cucharaditas de maizena
- 3 Calabacines

Preparación:

Paso 1

En una sartén amplia rehogas la cebolla con un poco de aceite, a fuego alegre al principio y baja a moderado suave hasta que esté tierna y caramelizada a tu gusto, yo le dejo un punto intermedio para este plato

Paso 2

Sala generosamente las lonchas de berenjena, en 10 minutos las aclaras y las secas con papel, así reduces exponencialmente el amargor que las caracteriza

Paso 3

Pon el tomate en una ollita con un suspiro de aceite, el ajo, el laurel, el tomillo y cuece suavemente

Paso 4

En una plancha untada en aceite pones las lonchas de berenjena y calabacín, han de tomar color y una textura

agradable y suave, a menos que te guste al dente, sea como fuere, la cocción en este paso es definitiva... ...ha de estar la verdura tierna a tu gusto porque ya no recibirá más cocción, sólo gratinado

Paso 5

La salsa de tomate para este plato no la prolongo demasiado en su tiempo de cocción, me gusta más que conserve ese punto de frescor, creo que le va bien al plato...yo lo dejo 10 minutitos Si pasado ese tiempo aún no ha cogido cuerpo, le añado 2 cucharaditas de maizena que he disuelto en un poquito de agua, así liga y se convierte en una salsa que a fin de cuentas es lo que te interesa Un buen aliado en la cocina es el maizena express...te ahorras el paso de remojar en agua y clarea menos los colores, también la hay oscura, no da sabor y liga expressíssimamente

Paso 6

ahora ya tienes todos los componentes por separado, el calabacín, la berenjena, la cebolla, la salsa de tomate y la albahaca en hojas, que por cierto puedes picar al tamaño que se te antoje Pon el grill del horno en marcha En una bandeja de horno con un papel sólo en la base (ten en cuenta que vas a usar el grill, los bordes sobrantes se quemarían) En la base untas salsa de tomate (no toda 1/3 parte) Encima le pones a modo de lasaña las lonchas de berenjena, cubres con otra 1/3 parte de salsa, le echas 1/ 3 parte de albahaca

Paso 7

Encima pones una capa generosa de cebolla, encima 1/3 parte de albahaca Yo a veces en este momento le pongo unas lonchas de queso fresco Encima le pones las lonchas de calabacín, en el sentido contrario a las de berenjena (para evitar desastres al servir) Cubres con el resto de la salsa Encima el resto de albahaca y el queso de gratinar Lo gratinas hasta que tome tu punto favorito y listos!

Paso 8

Este plato es perfecto para porcionar y congelar, si esa es tu idea, se corta más ordenadamente tras pasar unas horas en la nevera, yo no pude esperar tanto para pasar al plato!! Pero es ideal para tener en el conge, da un poco de tarea pero es un placer indescriptible...o me lo describirás cuando lo pruebes??? A tu salud!