lasaña vegetal para los no vegetarianos

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

Creador: *miguel ruiz* **Recetizador:** *anamar*



Tiempo: 1 hora
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Saludable
Coste: Muy económico
El truco de esta receta:
si no le pones jamon seria para vegetarianos

Descripción:

lasaña vegetal para los no vegetarianos

Ingredientes para 2 personas :

- 1 Calabacín
- 1 berenjena
- 5 tomates
- 1 1/2 cebolla
- 4 lonchas de Jamón ibérico
- Queso mozarella
- 1 Diente de ajo picado
- 1/2 litro de bechamel

Preparación:

Paso 1

limpiamos los tomates,quitandoles la piel y las semillas,los cortamos en daditos y reservamos,cotamos 1/2 cebolla en juliana y la hacemos un sofrito con el ajo la cebolola y el tomate se sofrie todo a fuego lento,cuando se comience a desacer el tomate echar una pizca de sal,remover habitualmente

Paso 2

cortamos la cebolla en rodajas y la ponemos a sofreir a fuego lento durante 30 minutos,

Paso 3

ponemos a la plancha la berenjena en laminas y el calabacin en laminas,cuando esta echo lo retiramos y comenzamos montar la lasaña

Paso 4

untamos con mantequilla una fuente,ponemos una capa de berenjena,la cebolla ,una capa de calabacin,una capa de jamon y una capa de queso cubrir con la salsa de tomate,poner de nuevo una capa de berenjena una capa de jamon queso una capa de calabacin y tomate,y por ultimo cubrimos con la bechamel,metemos al horno precalentado a 200 durante 15 min y a disfrutar