OLIO CUORE

Lasagne Vegetariane

Ingredienti

Pasta all’uovo e spinaci

- 300 g farina
- 2 uova
- 50 g spinaci lessati e strizzati
- ragù di verdure:
- 500 g asparagi mondati
- 250 g zucchine pulite
- qb brodo vegetale
- maggiorana
- 2 cucchiai **Olio Cuore**

Besciamella

- 300 g latte parzialmente scremato
- 300 g brodo di verdure
- 50 g farina
- 40 g **Olio Cuore**
- 50 g parmigiano grattugiato
- **Sale Iposodico Iodato Cuore**
- pepe nero macinato

- **Portata: Primi**
- **Tempo: 50''**
- **Persone: 2**
- **Calorie: 411.16 Kcal**
- **Grassi: 14.33 g**

Preparazione

- Pasta all’uovo e spinaci: tritare fini gli spinaci strizzati molto bene. Impastare la farina con gli spinaci, le uova e un pizzico di sale. Proteggere la pasta e lasciarla riposare per 30/40 minuti.

- Ragù di verdure: ridurre la verdura in pezzetti. Passare in padella con l’**Olio di Mais Cuore** le verdure e stufarle con un goccio di brodo vegetale. Salare e pepare. Aromatizzare con 1/2 cucchiaino di maggiorana. Conservare a parte alcune punte di asparagi per la decorazione.

- Besciamella: versare l’**Olio di Mais Cuore** in una casseruola, quindi unire la farina e tostarla, poi versare il latte e il brodo. Mescolare con una frusta per evitare grumi. Cuocere la besciamella per 10 minuti circa sul fuoco, mescolando fino a farla addensare. Regolare di sale e di pepe e insaporire con 40 g di formaggio grattugiato.

- Con l’apposita macchinetta o con il mattarello stendere la pasta e ricavare delle sfoglie. Ritagliare dei pezzi a misura di una pirofila e scottarli in acqua bollente appena salata con l’aggiunta di ½ cucchiaio d’**Olio di Mais Cuore.** Scolarli e tamponarli.

- Ungere la pirofila, distribuire uno strato sottile di besciamella, sovrapporre la pasta, poi cospargere con besciamella e qualche cucchiaio di ragù.

- Sovrapporre altra pasta, spalmare con la besciamella e distribuire le verdure. Continuare a comporre gli strati di pasta e condimento fino ad esaurire gli ingredienti.

- Ricoprire la superficie con besciamella e spolverizzare con il parmigiano rimasto.
- Passare in forno caldo a 180° per 25/30 minuti.
- Sfornare, tagliare a pezzi le lasagne, trasferirle nei piatti, decorare con punte di asparagi e servire.

La ricetta è stata preparata con:

Olio di Mais

Sale Iposodico