

Una deliciosa, aromàtica i càlida lasanya vegana i sense gluten



Poseu la taula amb els plats especials que sembla que no feu servir mai, i flors fresques o seques com a peça central càlida, per acompanyar una celebració. Gaudeix de l'aromàtica fragància de les herbes i espècies que s'uneixen per a aquesta deliciosa lasanya.

El meu marit i jo sempre optem per un sopar acollidor a casa quan tenim alguna celebració especial. Tots dos gaudim molt d'aquestes festes. Planifiquem el nostre menú amb setmanes d'antelació, busquem algunes decoracions i esperem poder compartir aquest sopar especial a casa nostra. Aquest any tindrem lasanya vegana i sense gluten. Ja en tinc ganes!

Aquest plat combina bé amb una amanida fresca i pa especiat.

Vegà, sense gluten

Per 10-12 racions

Temps: 1 hora i 40 minuts

Ingredients:

- 5 tomàquets mitjans, picats
- 1 tassa d'anacards crus
- 1 culleradeta de mostassa
- 1 cullerada de llevat nutricional
- 2 culleradetes d'all granulat
- 15-20 gr d'alfàbrega fresca, picada finament
- 60-90gr d'orenga fresca, picada finament
- 1 culleradeta de pebre vermell picat
- 1 cullerada de pebre negre, més al gust
- 1 bloc de tofu extra ferm
- 225gr de formatge crema d'ametlla
- 1 culleradeta de suc de llimona
- 500gr d'espínacs frescos
- De 10 a 12 tomàquets Roma, a rodanxes
- Paquet de 250gr de lasanya sense gluten

LA MEVA CUINA



Elaboració:

PAS 1: Preescalfeu el forn a 190°.

PAS 2: Seguiu les instruccions del paquet per a la lasanya (alguns requereixen cuinar prèviament, altres no).

PAS 3: Per fer la salsa de tomàquet, afegiu a la batedora els tomàquets, l'alfàbrega i l'orenga i barregeu-ho. Reservar en un bol gran

PAS 4: Per fer la salsa de crema d'anacard picant, afegiu anacards, mostassa, llevat nutricional, pebrot vermell

triturat i 1 culleradeta de pebre negre a una batedora i processeu-ho fins que estigui suau. Afegiu la salsa de crema d'anacard a la salsa de tomàquet i remeneu per combinar.

PAS 5: Per fer el formatge ricotta vegà, utilitzeu un bol mitjà per barrejar el tofu i el formatge crema d'ametlla amb una forquilla. Afegiu el suc de llimona i una mica de pebre negre i combineu.

PAS 6: Utilitzant una safata de paret alta , comenceu a muntar la vostra lasanya amb prou salsa per cobrir el fons de la safata.

PAS 7: Afegiu la vostra primera capa de fideus de lasanya i, a continuació, afegiu-hi una capa de tomàquets a rodanxes.

PAS 8: Afegiu un terç de la ricotta a cada rodanxa de tomàquet.

PAS 9: Afegiu-hi un terç dels espinacs (pot semblar molts, però en coure redueixen considerablement).

PAS 10: Afegiu 1 tassa de salsa i repartiu-la uniformement.

PAS 11: Repetiu-ho fins que us quedeu sense ingredients o sense espai a la safata! Acabeu amb la salsa restant.

PAS 12: Cobrir i coure durant 60 minuts.

Servir calent.

Espero que gaudiu d'aquest plat de festa qualsevol dia de l'any! Aquest àpat és un dels meus sopars preferits per a una vetllada especial. I us convido a dedicar el vostre amor a comprar els ingredients i a preparar aquest plat.

Bon Profit!

LA MEVA CUINA

