

Kyllingelasagne

4 pers.

Arbejdstid: 50 min.

Ingredienser

Fuldkorns lasagneplader

100 g revet ost.

Kødsovs:

Lidt raps eller olivenolie

200 g hakket kyllingekød

100 g røde linser

2 rodfrugter (f.eks. gulerod,

persillerod eller pastinak)

¼ knoldselleri (i små tern)

1 løg

2 fed hvidløg

1 dåse tomat pure (140g)

1 spsk. grøntsagsbouillon

1 dl. vand

Salt

Peber

1 spsk. oregano

Mornaysauce:

25 g smør

3 ½ spsk. Hvedemel

6 dl mælk

170 g revet ost

Salt

Hvid peber

Muskatnød

Fremgangsmåde

Kødsovs:

1. Hak løg og hvidløg fint.
2. Varm en gryde med lidt olie, svits løgene til de er klare.
3. Tilsæt kyllingekødet og steg det et par minutter.
4. Skræl og riv rodfrugter og knoldselleri. Kom det i gryden og lad det stege med.
5. Skyl linserne under den kolde hane.
6. Tilsæt tomatpure, grøntsagsbouillon, oregano, vand og linser til gryden.
7. Rør rundt og lad simre i 20 min. Tilsæt vand undervejs.
8. Smag til med salt og peber.
9. Tænd ovnen på 180 grader varmluft

Mornaysauce:

1. Smelt smørret i en tykbundet gryde. Tilsæt mel og pisk det godt sammen
2. Kom mælk i lidt af gangen og pisk det godt sammen, mens det koger op og tykner.
3. Tilsæt ost lidt efter lidt og vend det rundt i saucen til det er smeltet.
4. Smag til med salt, hvid peber og muskatnød.
5. Sammel lasagnen i lag i et smurt fad: kødsovs, mornaysauce og lasagneplade osv. Afslut med sauce og ost på toppen.
6. Bag lasagnen i ovnen i ca. 30-35 min. til osten er gylden og lasagnepladerne møre.