
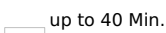


# Clătite vegetariene lasagna

Lasagna vegetariană cu legume proaspete și cu straturi de clătite

4 porții  grad de dificultate redus  up to 40 Min.



## Ingrediente:

### Aluatul:

100 g morcovi  
ceapă  
150 g făină  
200 ml lapte  
4 ouă  
1 praf sare  
1 vârf de cuțit piper măcinat proaspăt

### Umplutura de legume:

750 g broccoli  
400 g morcovi

### Sosul de brânză:

300 g smântână (20-24% grăsime)  
250 g smântână dulce (32% grăsime)  
200 g brânză Gouda răzuită  
10 g Amidon alimentar Gustin Dr. Oetker  
1 praf sare  
1 vârf de cuțit piper măcinat proaspăt

### Pentru presărare:

100 g brânză Gouda răzuită

## 1 Pregătirea:

Broccoli se curăță, se spală și se desface în bucăți. Se oprește în apă clocotită cu sare circa 2 minute apoi se lasă la scurs. 500 g de morcovi (pentru umplutură și pentru aluat) se curăță de coajă și se răzuiesc. Se cântăresc 100 g iar restul de morcovi se pun deoparte pentru umplutură. Ceapa se curăță de coajă și se taie mărunt. Vasul se unge cu grăsime.

## 2 Umplutura de legume:

Se pune făina într-un vas de mixare și la mijloc se face o adâncitură. Se bat ouăle cu sarea, piperul și laptele. Din acest amestec se toarnă puțin în adâncitura de făină din vasul de mixare. Apoi din mijloc se amestecă făina cu ouăle bătute, adăugând puțin câte puțin din amestecul de ouă acordând atenție să nu se formeze cocloașe. La sfârșit se încorporează legumele. Aluatul se lasă în repaus cca 20-30 de minute. Între timp se preîncălzește cuptorul.

**Cuptor electric 200 °C**

**3 Coacerea:**

Se încinge puțină grăsime (grăsime din unt sau ulei) într-o tigaie teflonată (cu diametrul de circa 24 cm). Se toarnă un strat subțire de aluat în tigaie și prin mișcări circulare ale tigăii se distribuie uniform pe toată suprafața tigăii. Imediat ce marginile clătitei capătă o culoare maro-aurie, clătita se întoarce folosind o spatulă de clătite sau o spatulă din lemn sau se lasă să alunece din tigaie într-o farfurie, de pe care apoi se răstoarnă pe cealaltă parte în tigaie. Se coace și pe cealaltă parte până ce capătă o culoare maro-aurie. Înainte de a întoarce clătita pe cealaltă parte se mai unge puțin tigaia cu grăsime. Restul aluatului se coace în același mod. Înainte de a turna aluatul în tigaie acesta se mai amestecă puțin. Din aluat se coc în total 4 clătite (cu diametrul de circa 20 cm). O clătită se așază într-o formă și se acoperă cu 2/3 din cantitatea de brocoli opărit.

**4 Sosul de brânză:**

Smântâna se amestecă cu smântâna dulce, cu brânza rasă și cu amidonul Gustin. Se potrivește de gust cu sare și piper. O treime din sos se toarnă peste brocoli, se acoperă cu o clătită, peste aceasta se presară 2/3 din cantitatea de morcovi rași apoi se toarnă o treime din sos. Deasupra se așază o nouă clătită. Se presară restul de legume, se stropesc cu restul de sos și se acoperă cu ultima clătită. Deasupra se presară brânză rasă. Forma se introduce în cuptor și se coace pentru 20 de minute.

**Cuptor electric 200 °C****Groove/Height: în partea de jos**