

لازانای گیاهی یا اسفناج و پنیر گودا

لازانیا یک غذای رنگارنگ است که روحیه بیشتر آدم‌ها را شاد می‌کند. لازانیا از قدیم در دوره‌های بزرگ خانوادگی، جشن‌ها و میهمانی‌ها جا داشته است. این دست‌ورپخت لازانیا فاقد گوشت است و در آن از اسفناج و پنیر گودا استفاده شده. فقط هم یک ساعت وقت آشپز را می‌گیرد.



لازانیا یک غذای رنگارنگ است که روحیه بیشتر آدم‌ها را شاد می‌کند. لازانیا از قدیم در دوره‌های بزرگ خانوادگی، جشن‌ها و میهمانی‌ها جا داشته است. این دست‌ورپخت لازانیا فاقد گوشت است و در آن از اسفناج و پنیر گودا استفاده شده. فقط هم یک ساعت وقت آشپز را می‌گیرد.

مواد لازم

ورق لازانیا ۱۲۰ گرم

اسفناج ۲۰۰ گرم

پیاز ساطوری شده ۱۰ گرم

سیر ۱۰ گرم

کره ۵ گرم

پنیر گودا رنده شده ۴۰ گرم

پنیر خامه‌ای ۲۰ گرم

نمک و فلفل سیاه به مقدار لازم

طرز تهیه

بعد از خرد کردن اسفناج‌ها، بایستی پیاز و سیر را ساطوری کنید و در کره تفت دهید. سپس اسفناج را به آن اضافه نمایید. بعد از افزودن نمک و فلفل سیاه، به مدت ۱۰ دقیقه مخلوط را تفت دهید. در آخر هم پنیر خامه‌ای را به آن اضافه کنید.

لازانیا را طبق دستور روی بسته بندی، داخل آب جوش و نمک بپزید و بعد آبکش کنید.

ظرف مخصوص فر را چرب کنید، یک ردیف لازانیا بچینید، سپس یک لایه از مخلوط اسفناج و در آخر یک سوم از پنیر گودای رنده شده را بریزید. این لایه‌ها را مجدداً تکرار کنید و در آخر یک لایه لازانیا و پنیر گودا بریزید. ظرف را به مدت ۳۰ تا ۴۰ دقیقه در فر قرار دهید تا پنیرها ذوب و سطح آن طلایی شود.

برای تزئین غذا می‌توانید کمی اسفناج خرد شده روی لازانیای آماده بریزید، و از سس بشامل هم در این غذا استفاده کنید.