



LASANYA DE CARABASSA I BOLETS

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 400 g de carabassa
- 400 g de bolets frescos
- 1 dent de all
- 120 g de ceba
- 2 rames de timó
- 300 g de làmines de lasanya seques
- 40 g de formatge parmesà ratllat
- 40 g de oli d'oliva verge
- 100 ml de vi blanc
- sal
- pebre

LA PREPARACIÓ

- Pica els bolets i la polpa de carabassa en daus menuts. Salta l'all i la ceba picats fins amb 1 cullerada sobra d'oli fins que la ceba quede transparent. Afig-hi les herbes picades, la carabassa, el vi, mig got d'aigua, sal i pebre. Deixa-ho coure a foc lent i tapat durant 15 minuts.
- Afig-hi els bolets picats i acaba la cocció 5 minuts més. Cou les làmines de lasanya en aigua bullint abundant, segons el temps indicat pel fabricant. Escorre-les amb un colador i deixa que s'eixuguen sobre un drap de cuina.
- Unta amb oli una safata de forn i



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 60 g	Grases 14 g
Kcal 453	Proteïnes 15.3 g

cobrix-la amb unes fulles de pasta cuita. Cobrix-les amb una miqueta de salsa de bolets i una part del parmesà ratllat. Segueix posant capes de pasta i salsa i acaba amb parmesà ratllat. Cou-ho al forn a 180° uns 25-30 minuts o fins que la superfície quede ben daurada.