

Spinatlasagne & Sprød Salat

Tilberedelsestid: ca. 30 min. + ca. 35 min. ovntid

Ingredienser:

	DET INDEHOLDER KASSEN
800 g	Spinat, Frossen
400 g	Lasagneplader (g)
2 stk	Løg
80 g	Parmesan
1 bg	Ricotta
0,5 stk	Rødt spidskål
2 stk	Appelsiner
80 g	Solsikkekerner
1 stk	Rødløg
2 fed	Hvidløg
1	
1	DET SKAL DU SELV HAVE
8 dl	Mælk
40 g	Smør (g)
4 spsk	Mel til sovs
	Salt & Peber
4 spsk	Vineddike
8 spsk	Olivenolie

Tilberedning:

Tænd ovnen på 180 grader

Lav en opbagt sovs ved at smelte smørret. Rør melen i og bag sovsen op ved at tilsætte mælken lidt efter lidt. Smag til med salt og peber og revet muskatnød, hvis du har det.

Pil, hak og svits hvidløg og løg i en smule olie i en gryde. Tilsæt derefter spinaten og varm det. Krydder godt med salt og peber. Tilsæt evt. en smjule vand. Tag det af varmen og vend dem sammen med ricottaen.

I et ovnfast fad lægges skiftevis lasagneplader, spinatmasse, bechamelsauce og parmesan. Start og afslut med saucen og drys til sidst parmesan over.

Bag lasagnen i ca. 35 minutter til den er mør.

Snit spidskål fint. Rist solsikkekerner på en tør pande til de er gyldne. Pil appelsinen og skær den i tern. Bland spidskål og appelsiner. Vend det sammen med olie, eddike samt lidt salt. Drys solsikkekerner over. Lad evt. salaten trække lidt før servering.