



LASAÑA AL HORNO

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 320 g de pasta de lasaña
- 400 g de carne picada
- 200 g de cebolla
- 140 g de zanahoria
- 200 g de salsa de tomate
- 40 g de queso rallado
- 30 g de harina
- 30 g de mantequilla
- 500 ml de leche
- sal
- pimienta molida
- 2 g de nuez moscada
- 40 g de aceite de oliva

LA PREPARACIÓN

- Preparar las láminas de pasta como se indica en el envase del producto.
- Pelar y picar la cebolla y cortar en trozos pequeños la zanahoria.
- Dorar en una sartén con aceite. Incorporar el tomate.
- Añadir la carne, rehogar y salar.
- Preparar una salsa bechamel:
- Derretir la mantequilla, añadir la harina y remover (sin dejar que coja color)
- Incorpora la leche y dejar cocer. Salpimentar.
- Disponer una lámina de pasta en una fuente de horno.
- Poner por encima una capa del



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 75.1 g	Grasas 45 g
Kcal 884	Proteínas 41.1 g

relleno, bechamel y un poco de queso.

- Cubrir con otra capa de pasta; repetir el relleno y terminar con una lámina.
- Cubrir con bechamel y espolvorear queso.
- Introducir al horno hasta que se gratine.
-