Lasaña Vegetal con atún y gambas

Ingredientes

- 200 g de champiñones (bandeja pequeña)
- 100 g pimiento rojo
- 100 g pimiento verde
- 100 g zanahoria
- 100 g de atún
- 150 g de gambas
- 150 g de tomate frito
- 100 g de cebolla
- 3 calabacines grandes
- 30 g aceite
- sal
- pimienta
- queso lonchas
- queso gratinar
- nata para cocinar

Elaboración

- Ponemos en la jarra las cuchillas
- Añadimos el aceite, una pizca de sal y de pimienta, los champiñones, los pimientos, la zanahoria y la cebolla. Toda la verdura previamente lavada y troceada en cuatro
- 30s a velocidad 6
- bajamos la mezcla de la pared de la jarra y programamos 100º a potencia 8 durante 15m, velocidad 1
- Añadimos las gambas y la lata de atún y el tomate frito
- programamos 10m a potencia 7 y velocidad 1
- En una bandeja de cristal recubrimos los bordes y la base con mantequilla,
- mientras se cocina la verdura vamos cortamos en finas lonchas los calabacines
- En la bandeja ponemos una primera fila con las láminas de calabacin y encima unas lonchas de queso
- Añadimos la mezcla de la jarra encima de la capa de queso y recubrimos con otra capa de queso.
- ponemos otra capa de lonchas de calabacin . La recubrimos con la nata de cocinas y una capa de queso rallado
- precalentamos el horno y ponemos a 180º durante 45m, con ventilación y calor arriba/abajo

From:
https://wiki.intrusos.info/ - **LCWIKI**

Permanent link:
https://wiki.intrusos.info/doku.php?id=varios:recetas:mambo:lasanavegetal

Last update: **282026/06/ 22:01**