

PASTAS

LASAÑA DE BERENJENAS Y CHAMPIÑONES SIN MASA

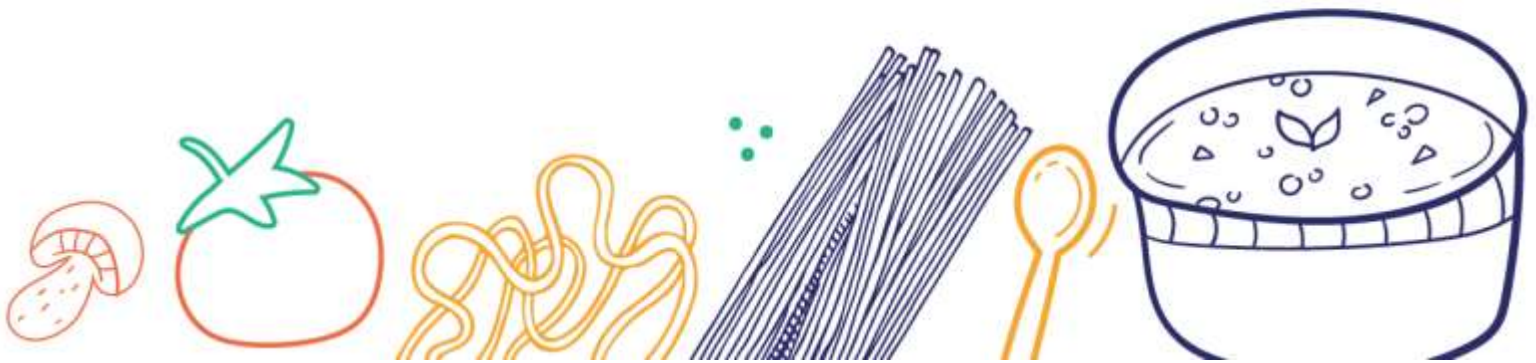


Ingredientes:

- 4 a 5 berenjenas
- Aceite de oliva, cantidad necesaria
- 200 g de champiñones
- 3 a 4 cucharadas de salsa de soya
- 1 cebolla
- ½ pimentón
- 1 zanahoria
- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de pimienta limón
- 1 cucharadita de paprika
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 500 g de carne molida (idealmente con 10 % de grasa)
- 2 tazas de salsa de tomate
- 1 taza de agua
- Queso, cantidad necesaria
- Crema, cantidad necesaria

Preparación

- Corta las berenjenas en rodajas y dóralas en un sartén con aceite de oliva. Reserva.
- En el mismo sartén, agrega más aceite de oliva y cocina a fuego fuerte los champiñones cortados en trozos grandes.
- Cuando los champiñones estén dorados, agrega la salsa de soya, mezcla y reserva.



- En el mismo sartén agrega aceite de oliva, cebolla, pimentón y zanahoria cortados en cubos. Añade sal, pimienta limón, paprika y ajo en polvo.
- Cuando las verduras estén transparentes, incorpora la carne molida y cocina durante un par de minutos.
- Agrega la salsa de tomate y el agua. Cocina durante aproximadamente 20 minutos para que se evapore parte del líquido.
- Arma la lasaña alternando capas de boloñesa, berenjenas, champiñones, queso y crema.
- Termina con una capa de boloñesa y unas líneas de crema.
- Calienta antes de servir y disfruta.

