Zapiekane warzywa pod beszamelem :)



NORWESKA20

CZAS PRZYGOTOWANIA
15 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Lista składników	
warzywa mrożone	450 gram
szpinak mrożony	8 brykietów
sok pomidorowy	2\3 szklanki
makaron lasagne	4 listki
masło	2 łyzki
sól i pieprz	1\3 łyzeczki
Papryka ostra mielona Prymat	1\3 łyzeczki
beszamel	
masło	2 łyzki
mąka pszenna	2 łyzki
mleko 3,2%	400 ml
Gałka muszkatołowa mielona Prymat	1 szczypta
sól i pieprz	1 szczypta
Dodatki	
pestki dyni	0,5 szklanki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

KROK 1	Przygotowujemy beszamel. Roztapiamy masło, dodajemy mąkę i wlewamy mleko. Mieszamy do momentu aż beszamel zacznie gęstnieć , dodając przyprawy do smaku. (pieprz, sól, gałkę muszkatołową)
KROK 2	Warzywa mrożone podsmażamy na maśle , dodajemy brykiety szpinaku oraz przyprawy (pieprz, sól, paprykę)
KROK 3	Warzywa przekładamy do naczynia do zapiekania , wlewamy sok pomidorowy .
KROK 4	Kolejno układamy makaron do lazani i beszamel.
KROK 5	Górę zapiekanki obsypujemy pestkami dyni. Wstawiamy do piekarnika i zapiekamy 30 minut w 180 stopniach. Smacznego :)