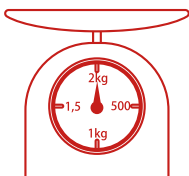


ZOMERSE LASAGNE

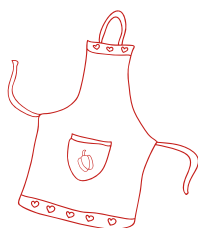


DOE DE ZOMER!



WAT HEB IK NODIG

- 1/2 doos lasagnevellen 500g
- 1 blik gepelde tomaten
- 4 verse tomaten
- 1 courgette
- 1 ui
- 1 teentje knoflook
- Een handvol verse basilicumblaadjes
- Een eetlepel Provençaalse kruiden
- Peper en zout
- Geraspte kaas



ZOMERSE LASAGNE

- Een rechthoekige ovenschaal
- 1 pollepel
- Een kookpot
- Een lookpers
- Houten lepel
- Snijmes en plankje

BEREIDING

1. Verwarm de oven voor op 180°C.
2. Pel de ui en de look. Snijd de ui in kleine blokjes. Pers de teentjes look in een lookpers. Was de courgetten en snijd ze in dunne plakjes van ongeveer 0,5 cm.
3. Snijd de verse tomaten in kleine stukjes.
4. Snijd de basilicum fijn.
5. Neem een grote kookpot en doe een goede scheut olijfolie in. Roerbak op een zacht vuur de uien tot ze glazig zijn. Voeg dan pas de look aan toe en roer nog even mee.
6. Voeg de verse en bliktomaten toe en verwarm ze op een zacht vuurtje, roer regelmatig om.
7. Voeg kruiden, peper en zout.
8. Doe een pollepel tomatensaus in de ovenschaal en leg de lasagnevellen gespreid over het hele oppervlak. Doe hierop nog een laag tomatensaus en vervolgens een laag courgetten. Bestrooi met kruiden, peper en zout. Herhaal deze laagjes tot aan de bovenkant van de schaal en eindig met een laagje lasagnevellen, bedekt met tomatensaus en geraspte kaas.
9. Zet voor 40 minuten in de oven.

TIP :

KIES VOOR GROENTEN UIT HET SEIZOEN: IN DE HERFST
POMPOEN, IN DE LENTE SPINAZIE EN ASPERGES EN
IN DE WINTER PASTINAAK EN WORTELEN.

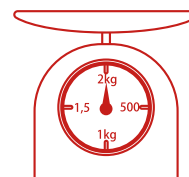


ERWTEN TAPENADE MET MUNT



**DOE DE
ZOMER!**

ERWTEN TAPENADE MET MUNT



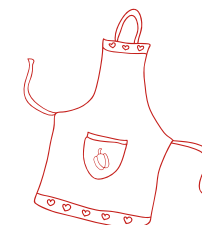
WAT HEB IK NODIG?

- 100 g diepvrieserwtten
- 10 muntblaadjes
- 4 eetlepels olijfolie
- 1 eetlepel citroensap
- 35g geraspte Parmezaanse kaas
- Zout en peper



BEREIDING

1. Laat de erwtjes even ontdooien onder warm water. Doe ze in het mixerpotje met de Parmezaanse kaas, muntblaadjes, uitgeperste halve citroen en de olijfolie.
2. Voeg een snufje peper en zout toe. Mix goed.



TIP :
.....

JE KAN DE KAAS WEGLATEN VOOR EEN PLANTAARDIG ALTERNATIEF.

