










MATREIÐSLA





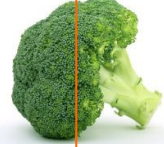







Grænmetis-lasagna

Áhöld sem þú átt að nota:

 teskeið	 matskeið	 eldfast mót	 panna	
 Desilíter	 bretti	 hnífur	 ofn	 klukka

Þú átt að gera:

1	3 stk			Hreinsið gulræturnar og skerið smátt.
2	1/2 stk			Skolið blómkál og skerið smátt.
3	1/2 stk			Skolið spergilkálið og skerið smátt.
4	1 tsk			Skolið blaðlaukinn og skerið smátt.
5	1 stk			Skolið paprikuna og skerið smátt.

MATREIÐSLA

6	2 stk			Afhýðið hvítlauksrif og saxið smátt.
7	2 msk			Hitið olíu á pönnu. Steikið allt grænmetið í nokkrar mínútur.
8	1 dós			Bætið tómötum í dós á pönnuna.
9	1/2 dl			Bætið vatni á pönnuna.
10	1/2 tsk			Bætið salt og pipar á pönnuna og hrærið vel.
11	1 stk			Bætið grænmetisteningi á pönnuna og hrærið vel þar til hann er uppleystur.
12	1 tsk			Bætið oreganó á pönnuna. Hrærið vel saman.
13				Setjið lasagna-plötur í botninn á eldföstu móti. Hellið grænmeti yfir. Endurtakið. Setjið ost yfir.
14				Bakið við 200°C í 30 mínútur.