

Open lasagne van gegrilde groenten

Saus:

1 eetl kokosolie
1 ui gesnipperd
1 sjalotje gesnipperd
1 bolknoflook geraspt
1 blik gepelde tomaten
140 gr tomatenpuree
10 gr Provençaalse kruiden
Zout en peper

1 courgette in lange dunne plakken
2 zoete aardappels in dunne plakken
1 zoete puntpaprika in lange reepjes
Olijfolie

1 avocado in plakjes
125 gr buffelmozzarella in plakjes
50 gr geraspte oude kaas
50 gr notenmix ongezoeten
ongebraad



Bereiding:

Saus: Verhit de kokosolie en fruit hierin de ui en sjalot. Voeg de knoflook toe en bak deze kort mee. Voeg gepelde tomaten, tomatenpuree en Provençaalse kruiden toe. Laat de saus zachtjes inkoken en voeg naar smaak wat peper en zout toe.

Groentes: wrijf de groentes in met wat olijfolie en grill ze in een pan of oven totdat ze beetbaar zijn.

Maak de open lasagne door laagjes te bouwen van tomatensaus, zoete aardappel, tomatensaus, mozzarella, gegrilde courgette, gegrilde paprika en tomatensaus. Sluit af met de avocado, geraspte kaas en notenmix.

Eet smakelijk!

Met dank aan mijn dochter van 11 jaar die dit recept met een klein beetje hulp van mij heeft gemaakt. XX