Lasagne du sud

Passion pour la cuisine, passion pour veggie!

En collaboration avec ChefsproVeggie, les élèves des 6e et 7e années ont élaboré des plats savoureux et sains dans lesquels les légumes jouent le rôle principal.

Voici le plat de Soraya!



Ingrédients

- 1,5 kg poivron grillé jaune / rouge - Ardo
- 1,5 kg aubergine grillé - Ardo
- 1,5 kg courgette grillé - Ardo
- 1 kg poulet végétaliens - Greenway
- 500 gr cubes d'oignons - Ardo
- 500 maïs - Ardo
- 250 gr haricots rouges - Ardo
- 1,5 kg morceaux de tomates
- 250 gr edamame (soja) - Ardo
- 1 kg Gran'tapas tapenade fromage à la crème de poivron - Pietercil Foodservices
- 400 gr cheddar
- 25 gr basilic - Ardo
- 60 gr oignons verts- Ardo

- chillies - Verstegen
- 50 gr Spicemix del mondo Guadelajara - Verstegen
- poivre blanc
- sel

Méthode

1. Faites cuire l'oignon puis ajoutez le maïs, les haricots rouges, le soja et les tomates.
2. Assaisonner de piments, de poivre, de sel et de Spicemix del mondo Guadelajara.
3. Ajouter les morceaux de poulet végétaliens, l'oignon vert et le basilic et laisser mijoter.
4. Construisez le lasagne comme suit:
5. tapenade au fromage à la crème au poivre doux au fond, poivre grillé sur le dessus, une couche de sauce sur le dessus, puis une couche d'aubergines et de courgettes grillées, dos de crème au poivrons, courgettes / aubergines grillées, sauce.
6. Saupoudrer de fromage cheddar et cuire au four pendant 20 minutes à 175 °.
7. Servir avec du pain.

Photographie

~~Foodphoto~~

Cette recette est de Ter Groene Poorte

© ChefsproVeggie

~~info@chefsproveggie.be~~