



NATIONALE
WEEK
ZONDER
VLEES
EN ZUIVEL

POMPOEN- ZOETE AARDAPPELLASAGNE

Porties 4
Vorbereiding 25 minuten
Bereiding 30 minuten

Voor de lasagne:

50	gram	Parmezaanse kaas
50	gram	Gedroogd natuurlijk broodkruim (ev. Paneermeel)
600	gram	Zoete aardappel en (fles)pompoen schillen en in gelijke stukken
4	takjes	Verse rozemarijn
12		Salieblaadjes
12		Lasagnevellen
100	gram	Pijnboompitten, geroosterd
75	gram	(Baby)spinazieblaadjes

Eventueel chiliflakes voor de smaak

Voor de witte saus:

100	gram	Parmezaanse kaas
2	cm	Verse gember
600	gram	Ricottakaas
2	middelgrote	Eierdooiers

Snufje (vers geraspte) nootmuskaat

Voor de salade:

- 3 el (extra vergine) olijfolie
- 1 el balsamicoazijn
- 2 handjes rucola

Zout en versgemalen peper en een snufje Engels mosterdpoeder (laatste is optioneel)

Bereidingswijze:

1. Verwarm de oven voor op 220 graden Celsius en kook water voor de groenten. Zet dit gekookte water kort apart.
2. Rasp de Parmezaanse kaas voor de topping fijn, doe deze samen met het paneermeel in een kleine kom en zet opzij.
3. Doe de gesneden zoete aardappel en pompoen in een grote pan, voeg een beetje zout toe en giet het zojuist gekookte water eroverheen, zodat de groenten onder water staan. Doe het deksel erop, breng het opnieuw aan de kook en laat het 15-20 minuten koken tot het gaar is.
4. Breng opnieuw water aan de kook, dit keer voor de kruiden en de lasagnevellen. Bereid de kruiden door de blaadjes van de stelen van de rozemarijn te verwijderen. Hak ze grof met de salieblaadjes en zet ze opzij in een kleine kom.
5. Giet het kokende water in een pan, voeg een scheutje olie toe, doe de lasagnevellen erin en laat 5 minuten koken (dit is belangrijk omdat er niet veel vloeistof in de rest van het mengsel zit om ze te koken in de oven).
6. Terwijl de lasagne kookt, maak je de saus klaar. Rasp de rest van de Parmezaanse kaas fijn en schil en rasp de gember. Doe beide in een middelgrote kom, voeg de ricotta, de eidooiers en de nootmuskaat toe, breng op smaak met zout en peper, roer alles door elkaar en zet opzij.
7. Laat de lasagnevellen uitlekken en doe ze terug in de pan. Besprenkel nog een beetje olie en schep het voorzichtig om, zodat de vellen niet aan elkaar plakken.
8. Controleer of de groenten gaar zijn. Laat ze goed uitlekken en doe ze terug in de pan. Pureer ze met een stamper tot een gladde massa en voeg naar smaak peper en zout toe. Chiliflakes toevoegen als je van een beetje pit houdt!
9. Doe nu de lasagne in de ovenschaal en zet deze op een bakplaat. Verdeel een derde van de groentepuree over de bodem van de schaal. Strooi vervolgens een derde van de kruiden, pijnboompitten en spinazieblaadjes erover. Leg er vervolgens 4 lasagnevellen op en snij ze indien nodig op maat. Verdeel een derde van het ricottamengsel erover.
10. Herhaal dit nog twee keer en strooi er tenslotte het Parmezaanse broodkruim overheen. Bak gedurende 15-20 minuten.
11. Terwijl dat aan het koken is, kan de saladedressing bereid worden door de olijfolie, balsamicoazijn, mosterdpoeder (indien gebruikt) en kruiden in een kleine kom te mengen.
11. Serveer de lasagne als deze gaar is, met een handvol rucola besprenkeld met de dressing. Genieten!

Van het overgebleven eiwit kun je met suiker een simpel dessert maken!

SMAKELIJK