

LASAGNE med pastaplater av urkorn (5-6 porsjoner)

LASAGNEPLATER: (9-10 plater)

200 gram finmalt spelt, emmer eller dala landhvete
2 egg (bør være romtemperert)
1,5 liter vann, kokes opp i en kjele
1,5 ts salt i kokevannet
1-2 ss olje i vannet
Noe mel til ut kjevlinga



FRAMGANGSMÅTE

- Bland mel og egg i en foodprosessor.
- Hvis blandingen blir for tørr, tilsetter du litt vann, og hvis den blir for våt, tilsetter du litt mel. En god blanding, skal ikke feste seg til fingrene. En for tørr blanding vil være hard og vanskelig å kjevle ut.
- Kjevle ut pastaen til tynne leiver, som du skjærer i passende størrelse. Har du pastamaskin, kan du bruke denne, men det fungerer også med bare kjevle.
- Bruk det du trenger av mel til ut kjevlinga.
- Kok opp vannet med salt og olje.
- Ha pastaen oppi vannet, og la den koke i cirka 5 minutter.
- Hell pastaplatene over i et dørslag, og skyll med litt kaldt vann før du legger de på et fat.

KJØTTSAUS:

2 løk
1 gulrot fin raspes
2 ss smør
400 g kvernet kjøtt/ karbonadedeig
1 ts salt
½ ts pepper
1 ts oregano
1 ts basilikum
500 - 600 g hermetiserte tomater.
3 ss tomatpure
2 fedd hvitløk, presset eller finkuttet.

- Grovhakk løken.
- Kjøtt og løk stekes i smøret, til kjøttet er lett brunet.
- Tilsett raspet gulrot, krydder, tomater, tomatpure og hvitløk.
- (Gulrota gir tomatsausen en rundere smak.)
- Kokes til en tykk saus.

OSTESAUS:

7 dl melk
1 dl finmalt eller siktet spelt, emmer eller dala landhvete
100 g smør
200 g revet gulost

- Rør melet ut i melka og kok opp under omrøring.
- Tilsett smøret og la sausen småkoke i 5 minutter, mens du rører av og til.
- Rør til slutt inn halvparten av den revne osten i sausen.
- Legg kjøttsaus, lasagneplater og ostesaus lagvis i en ildfast form, tre runder av hvert slag.
- Avslutt med ostesaus, og dryss resten av osten på toppen.
- Stekes på 200 grader, nederste rille i cirka 30 minutter.

Tips:

Et tips kan være å lage dobbel porsjon med lasagneplater, når du først er i gang, sånn at du har til neste lasagnemiddag. Pastaplatene kan fryses, både kokt og ukokt. Stryk bare litt mel imellom platene om du fryser dem ukokt. Har du pastarester /båndspagetti, kan du bruke dette istedenfor plater.