HGV

Recept
Lasagne-cups

Ingrediënten

500 gram rundergehakt
1 zakje lasagne kruiden mix
1 pakje lasagne bladen
1 blikje tomatenpuree
150 gram geraspte kaas
500 ml water
Oregano
Een beetje olie

Instructie filmpje

Benodigheden

Cupcake bakplaat
Wok pan
Spatel / Maatbeker
3 theelepeltjes
Longdrink glas
Snijplank / scherp lang mes
Keukenrol of kwastje

Stappenplan

1. Kook alvast de lasagnebladen voor 8-10 minuten
2. Doe de wokpan op middelhoog vuur en bak het gehakt rul. Doe geen olie in de pan, het gehakt is vet genoeg!
   Tip: Als het gehakt rul is, doe een beetje oregano in het vet
3. Voeg 500ml water en het blikje tomatenpuree aan het gehakt toe en roer het goed door
4. Voeg hierna het zakje lasagne kruidenmix toe en roer goed door
5. Proef met een theelepeltje of je de smaak goed genoeg vind en voeg zonodig naar smaak zout en peper toe
6. Vet ondertussen de cupcake bakplaat in met olie
7. Verwarm nu pas de oven voor op 200 graden
8. Leg een lasagneblad op je snijplank en druk er met een longdrinkglas genoeg rondjes uit. Let op, je hebt 2 rondjes per lasagnecup nodig.
9. Leg 1 rondje in de cupcake vorm
10. Snij van de andere lasagnebladen een aantal stroken zodat je de zijkanten kan bedekken
11. Voeg nu wat gehaktmengsel toe, leg het 2e rondje erop, nog een beetje gehaktmengsel, en strooi er geraspte kaas op. Maak het af door er een snufje oregano overheen te strooien
12. Als je alle cups gemaakt hebt, stop je het voor 25 minuten in de oven

Subscribe op YouTube

“ Haar Gitaar V ”

www.facebook.com/HaarGitaarV

0634278527

YouTube www.youtube.com/MichielwalsNlHaarGitaarV