



Ingredience

- NIKAL Boloňská omáčka
- NIKAL Přírodní olivový olej Extra
- 12 plátků na lasagne
- 2 šalotky
- 2 stroužky česneku
- 400 g ricotty
- 2 žloutky
- 2 lžičce nasekané petrželky
- 2 lžičce nasekané pažitky
- 6 menších lístků bazalky
- 100 g strouhaného parmezánu
- sůl
- mletý pepř
- 1 lžička citronové šťávy
- 1 lžička strouhané citronové kůry
- 100 g nastrouhané mozzarely

Všechny produkty NIKAL si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

NIKAL specialista na omáčky, polévky a koření
Kotkova 710/3
669 02 Znojmo

Bezplatný telefon 800 16 66 16
Fax 515 291 055
Online www.nikal.cz
E-Mail nikal@nikal.cz

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

Gratinované závitky plněné ricottou a boloňskou směsí



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 45 minut.

Příprava:

Troubu předehřejeme na 180°C. 12 plátků na lasagne dáme do hrnce a zalijeme vroucí vodou. Scedíme a necháme okapat. Plátky rozložíme na pracovní stůl a necháme vychladnout.

Do hrnce dáme 200 ml studené vody a 40 g NIKAL Boloňské omáčky, rozmícháme a 2 minuty povaříme.

Šalotky a česnek oloupeme. Cibulku nakrájíme na kostičky a česnek nasekáme najemno. Do pánve dáme 1 lžičku NIKAL Olivového oleje Extra, zahřejeme a cibuli a česnek orestujeme a dáme do větší mísy.

Do mísy přidáme 400g ricotty a 2 žloutky a dobře rozmícháme. Přidáme také petrželku a pažitku, bazalkové lístky a nastrouhaný parmezán. Vše smícháme, okořeníme solí, pepřem, citronovou šťávou a strouhanou kůrou z citronu.

Na plátky lasagní rozdělíme směs s ricottou a boloňskou omáčkou. Naplněné plátky srolujeme.

Zapékačí formu vytřeme 2 lžičkami NIKAL Přírodního oleje Extra a vložíme závitky. Posypeme strouhanou mozzarellou a pečeme v troubě asi 10 minut dozlatova.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 42,0 g tuk • 25,5 g sacharidy • 30,2 g bílkoviny
2,9 g vlákniny • Energetická hodnota 609 kcal