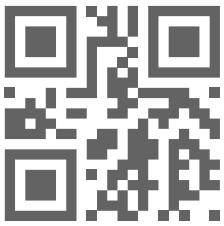




Universitat  
de les Illes Balears

#SOM  
UIB



# LASANYA DE LLENTIES

## Ingredients (6 pax)

- ➔ 1 ceba i 1 all
  - ➔ 2 pastanagues
  - ➔ Formatge
  - ➔ ½ bròquil
  - ➔ 1 manat d'espínacs
  - ➔ 8 xampinyons
  - ➔ 400 g de lletnies cuites
  - ➔ 18 plaques de lasanya precuinades
  - ➔ Sal i oli d'oliva verge
  - ➔ Espècies
- Per a la beixamel**
- ➔ Nou moscada
  - ➔ Sal i pebre bo
  - ➔ 700 ml de llet
  - ➔ 60 g de farina integral
  - ➔ 4 cullerades soperes d'oli d'oliva verge extra



#DiaMundialLlegum

#DíaMundialLegumbres

#WorldPulsesDay

## Elaboració

Bullim les làmines de pasta i les refredam amb aigua.

Tallam tota la verdura ben petita. Posam la ceba i l'all picat en una paella amb oli d'oliva i quan sigui rossa hi anam afegint la resta de verdura. Hi afegim mig tassó d'aigua o de vi, la tapam i deixam coure el sofregit. Quan s'hagi consumit l'aigua o el vi, hi afegim les lletnies cuites i hi posam espècies al nostre gust. Ho deixam coure 5 minuts. Muntam la lasanya alternant capes de pasta i de farçiment.

Per fer la beixamel, encalemim l'oli en una paella i hi afegim la farina. La deixam cuinar un poc perquè perdi el gust de cru. Hi abocam, sense deixar de remenar, la llet tèbia o a temperatura ambient. Condimentam la crema al nostre gust amb sal, pebre bo i un poc de nou moscada.

Finalment, abocam la beixamel damunt la lasanya i hi ratllam una mica de formatge i espolvoram les espècies que vulguem. Enfornam la lasanya i la deixam coure a 180 graus durant devers 30 minuts.

**Bon profit!**

MÉS INFORMACIÓ  
<[ousis.uib.cat](http://ousis.uib.cat)>

PÀGINES VERDES UIB

Disseny: Vicerektorat de Campus Digital i Transmèdia. Secció de Comunicació Interna, Promoció i Imatge. Servei de Comunicació, Promoció i Imatge. <http://dircom.uib.cat>

Vicerektorat  
de Campus, Cooperació  
i Universitat Saludable

