

# LASAGNE van WINTERGROENTEN en QUINOA

Duur 1u.

Deze lijst voorziet ingrediënten voor 6 personen

EASY

Denk maar niet dat lasagne alleen met pastavellen lekker smaakt!

## INGREDIËNTEN

Tomaten-groentesaus:

- 2 el arachideolie (alternatief: een andere olie waarin je mag bakken zoals bv. olijfolie is ook goed)
- 2 gele uien
- 2 teentjes look
- 1 bakje (250 gr) kleine witte paddenstoelen
- 2 stukken preistengels
- 1 el fijngesneden verse oregano\*
- 400 à 500 g tomaten in blokjes (blik)

Extra groenten laag:

- 200 g winterpostelein of jonge spinazie als alternatief
- 1 kleine knolselder\*

Witte saus:

- 1 potje of 150 gr 'smeerkaas' alternatief op basis van cashewnoten (Bio-planet en Delhaize verkopen Pa'lais bijvoorbeeld, Carrefour en Albert Heijn verkopen een huismerk): let wel, dit is geen notenpasta, deze producten staan altijd in de koelafdeling
- 200 ml sojaroom (mag ook haverroom zijn, als het maar plantaardig is)\*
- 1 bussel basilicum
- zwarte peper
- 2 el edelgistvlokken (optioneel maar wel zeer lekker)
- 150 g droge (volkoren) (Belgische) quinoa
- 2 zakjes geraspte vegan kaas (300 à 400 gr, hangt af van welk merk je koopt, Carrefour verkoopt het merk Vegan Deli, Delhaize Violife en Bio-planet heeft meerdere opties)\*

Winters slaatje:

- 300 gr veldsla
- 3 stronken witloof
- 1 rauwe rode biet
- 3 el koud geperste koolzaadolie (of een andere goede olie van eerste koude persing, koolzaadolie is een duurzame, lokale olie met een goudgele kleur en neutrale smaak)
- 1 el appelazijn (of een andere azijn mocht je geen appelazijn in huis hebben)
- 1 tl mosterd
- 1 sjalot
- 25 gr geroosterde hazelnoten\*

\* Gooi de overschot van deze ingrediënten niet weg als je over hebt, maar integreer ze in het menu voor de komende week.

## Voo?uit

