

DUURZAAM KOKEN - Lasagne met paddestoelen

Ingrediënten

- 50 g Parmezaanse kaas
- zout, peper
- 8 lasagnevellen
- 400 gram gemengde champignons
- 2 eetlepels droge witte wijn
- 4 eetlepels olijfolie
- 200 gram rucola



Bereidingswijze

Kook de lasagne in water met een snufje zout beetgaar.

Borstel de champignons en snijd ze klein.

Paddestoelen ca. 5 minuten bakken in een koekenpan met 2 eetlepels olie.

Roer de witte wijn erdoor en laat het mengsel 1 minuut inkoken.

Meng 2 eetlepels olie erdoor en breng op smaak met zout en peper.

In een platte schaal rucola op de bodem leggen, dan paddestoelen, gevolgd door lasagne.

Herhaal dit nog een keer en eindig met paddestoelen.

Geraspte parmezaanse kaas en peper erover strooien.

Zet de schaal zo'n 20-30 minuten in de oven op 200 graden.

Verdeel de lasagna in 8 stukken en serveer 1 tot 2 stukken per persoon.

Serveer met een salade van het seizoen.



**7Mj dit gerecht, **20Mj gemiddeld Nederlands gerecht*

Wil jij graag weten hoe groot de milieubelasting is van wat jij kookt? Hier vind je tips hoe je energiezuiniger kunt koken door bewuster voedingsmiddelen te kiezen. Bereken de voetafdruk van je recept.

Elk recept is geschreven voor 4 personen. De berekening is gemaakt per persoon: De symbolische "voetafdruk" in voetjes. Elk voetje staat voor 1 MJ (daar kun je [1 minuut](#) je huis mee warm houden als het vriest).

Bron: <http://voetprintcooking.wordpress.com/recepten/>