



## Frank's

# Lasagne met kipgehakt

Ingrediënten gehaktsaus	Ingrediënten spinaziemix	Ingrediënten bechamelsaus
350 gram <b>kipgehakt</b> 1 blik tomatenblokjes 1 bouillontablet Oregano Peper Italiaanse kruiden Laurierblaadje  Eventueel toevoegen: Wortels (in blokjes) Cherrytomaatjes (halfjes) Bosuitje (halve ringetjes)	Spinazie: Diepvries pak, dan ontdooien. Vers, kan je dan even kort voorkoken maar hoeft niet.  2 losgeklopte eieren Nootmuskaat Beetje peper Paneermeel (of beschuitje)	80 gram boter 80 gram bloem (Of meer voor meer saus, maar altijd gelijke hoeveelheid)  Geraspte kaas zakje Melk (weet niet hoe veel, gewoon pak melk naast je vuur zetten)
<b>Extra:</b> 2x Mozzarella in blokjes Lasagnebladen (Vers?)		

**Verwarm de oven voor op 200 graden.**

### Gehaktsaus

(kokos)olie in de pan met bosuitje. Bak vervolgens het gehakt bruin.

Voeg de tomatenblokjes, verkruimelde bouillontablet en laurierblad toe.

(Wortel en cherrytomaatjes kunnen er dan ook bij)

Laat het gehakt even sudderen, dat de saus dikker word. Voeg de oregano, peper en Italiaanse kruiden naar smaak toe. Dan helemaal laag zetten en aan de slag met de rest, af en toe roeren.

### Spinaziemix

Klop in een schaal de eieren los, voeg daar paneermeel, peper en nootmuskaat aan toe. Doe hier de ontdooide, of goed uitgelekte spinazie aan toe. (of als het vers uit de zak is, doe je dat erin) Roer het goed door elkaar en laat het staan.

### Bechamelsaus

Smelt de boter in een pannetje. Gooi hier in één keer de bloem bij. Roeren roeren roeren. Als het droog is en je denkt dat alles aan gaat bakken in je pan, doe je er een klein scheutje melk bij. Roeren, dan word het weer droog, weer melk erbij. Dit doe je tot je een mooie dikke saus krijgt.

Dan roer je de helft van de geraspte kaas er doorheen.

(Het is even experimenteren met de melk erbij doen, gewoon telkens een klein beetje)

Dan heb je een pan met gehaktsaus staan, pannetje met saus, schaal met spinazie, lasagnebladen en in blokjes gesneden mozzarella.

Ovenschaal even beetje invetten.

Helft van de gehakt onder in de ovenschaal



## Frank Langedijk – Recepten



Lasagnebladen erop.

Helft van de spinazie erop.

Helft van de mozzarella.

Lasagnebladen.

Rest van de gehakt.

Lasagnebladen.

Rest van de spinazie.

Rest van de mozzarella.

Lasagnebladen.

Bechamelsaus.

Rest van de geraspte kaas.

Ongeveer halfuurtje in de oven, tot de kaas bovenop goudbruin is.

Meer recepten vindt u op [www.franklangedijk.nl](http://www.franklangedijk.nl), voor de directe link scan de QR-code:

