KIKKOMAN

Umami čočkové lasagne se sýrovou krustou

Celkový čas vaření **65 min.** **10 min.** Doba přípravy **55 min.** Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):
4.383 kJ / 1.047 kcal

Tuky: **36,4 g**
Sacharidy: **127,3 g**

INGREDIENCE

2 Porce

80 g	cibule
1	stroužek česneku
40 g	mrkve
200 ml	rajčatového protlaku
150 ml	vody
60 ml	Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo
40 g	mraženého zeleného hrášku
150 g	červené čočky
20 ml	řepkového oleje
200 g	lasagní
40 g	strouhaného parmezánu
80 g	tvrdé mozzarelly

Na ozdobu:

1 polévková lžíce	černého sezamu

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

80 g cibule - **1** stroužek česneku - **40 g** mrkve - **200 ml** rajčatového pyré - **150 ml** vody - **60 ml** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo - **40 g** zeleného hrášku - **150 g** červené čočky - **20 ml** řepkového oleje
Cibuli a česnek nasekejte najemno, mrkev nakrájejte na kostičky a restujte na oleji 5 minut. Přidejte rajčatové pyré, vodu, Kikkoman Sójovou omáčku, hrášek a čočku. Vařte asi 10 minut, dokud čočka nezměkne.

Krok 2

200 g lasagní - **40 g** parmazánu - **80 g** tvrdé mozzarelly - **1 polévková lžíce** černého sezamu
Na dno zapékací mísy dejte tenkou vrstvu omáčky z kroku 1, přikryjte pláty lasagní a postup opakujte. Poslední vrstvu posypte parmazánem a mozzarellou. Pečte při 180 °C asi 30 minut. Podávejte posypané černým sezamem.