

Lasaña con berenjena y salsa boloñesa



Ingredientes para 4 personas

- 12 Placas precocidas para lasaña Gallo.
- 2 berenjenas.
- 250 gramos de queso Mozzarella.
- 10 cucharadas de salsa Súper Boloñesa de Gallo.
- 1 cucharada de Aceite de oliva.

Preparación

- 1) Cortar la berenjena en rodajas longitudinales y cocinarla tapada a máxima potencia en el microondas con una cucharada de aceite.
- 2) Preparar las hojas de Lasaña como se indica en el envase.
- 3) Poner en una fuente de horno una capa de Lasaña de Gallo, una capa de berenjena, añadir salsa extra boloñesa y trocitos de Mozzarella fresca. Repetir esto dos veces terminando con una capa de salsa.
- 4) Meter en el horno precalentado a 180º unos 20 minutos.

Valor nutricional (por ración)

Valor energético: 441,25 Kcal.; Proteínas: 22,59 g; Hidratos de carbono: 51,98 g; Grasas: 15,78 g;

Comentario nutricional

Se trata de un plato único y completo ya que contiene hidratos de carbono, proteínas y lípidos.

La mozzarella fresca es un queso que se elabora con leche de búfala. Es un queso fresco por lo que tiene bajo porcentaje de grasa por lo tanto de caloría, pero tiene la particularidad que es capaz de fundir propiedad de la que carece el queso fresco de Burgos.

Comentario gastronómico

Se puede elaborar la lasaña con antelación y dejarla preparada para gratinar en el momento de comerla.

Las placas de lasaña se pueden usar tanto para lasañas frías como calientes.

Las berenjenas se pueden sustituir por calabacines.