

LASAGNE AL FORNO CON VERDURE

Ingredienti per 4 persone:

- 500 g di spinaci,
- 250 g di ricotta fresca,
- 400 g di pasta tipo lasagne integrali,
- peperoncino rosso in polvere,
- alcuni cucchiaini di formaggio parmigiano grattugiato,
- 300 g di salsa di pomodoro,
- 100 g di formaggio fontina,
- olio d'oliva extra-vergine,
- sale.

Per la salsa:

- 50 g di farina di frumento semintegrale tipo 2,
- 20 cl di acqua di cottura degli spinaci,
- olio d'oliva extra-vergine,
- timo.

Pulite e lavate gli spinaci, lessateli al dente in acqua salata o al vapore, scolateli, tritateli, insaporiteli con un po' di peperoncino in polvere e incorporatevi la ricotta.

Con l'acqua di cottura degli spinaci preparate quindi una besciamella stemperando la farina e l'olio, aggiungendo l'acqua poco alla volta in modo da amalgamarla senza grumi e insaporendo con il timo.

Cuocete le lasagne in abbondante acqua bollente salata, poche alla volta, con l'aggiunta di 1 cucchiaino di olio d'oliva per evitare che si attacchino tra di loro.

Toglietele man mano dall'acqua, stendetele su un tovagliolo umido e quindi sistematele a strati in una teglia da forno unta d'olio, alternandole a strati di ricotta e spinaci e strati di salsa di pomodoro.

Tra uno strato e l'altro aggiungete un po' di parmigiano grattugiato, pezzetti di fontina e qualche cucchiaino di besciamella. Mettete in forno a calore moderato per circa 30 minuti e, se le lasagne tendessero ad asciugarsi eccessivamente, aggiungete della salsa di pomodoro molto liquida.