

# Recept

## Clariaslasagne

4 portioner

Bokens äldreboende

Kock: Sandra Loft

### Ingredienser färssås

500 g clariasfärs

2 morötter, strimlade

2 palsternackor, strimlade

1 gul lök, skivad

2 vitlöksklyftor

100 g babyspenat

### Ingredienser sås

$\frac{3}{4}$  l vispgrädde

$\frac{3}{4}$  l mjölk

riven ost

1 dl vitt vin

timjan

salt, peppar

lasagneplattor

### Gör så här

Bryn fiskfärsen i smör, salta och peppra. Lägg över i en gryta. Fräs sedan lök, morot och palsternacka. Blanda detta med färsen och vänd sist ner babyspenat.

Såsen: koka upp gräddmjölken och red av med maizena eller vetemjölksredning. Smaksätt såsen med salt, peppar, timjan, vitt vin samt riven ost eller ostcrème. Varva sedan i en ugnform sås, lasagneplattor och färsröran. Toppa med sås och riven ost. Grädda i ugn 200 grader, ca 30 min. Känn med sticka så lasagneplattorna är mjuka.

Servera med en sallad av säsongens grönsaker.

Tack Skövde kommun för receptet!

