

Lasagne met kipgehakt, spinazie en courgette



Bereidingstijd: 30 min **Personen:** 4 **Categorie:** Gehakt **Gerecht type:** Ovenschotel

Per portie: 858 kcal, 40 g eiwit, 58 g vet, waarvan 29 g verzadigd, 47 g koolhydraten, waarvan 11 g suikers, 1,6 g zout, 7 g vezels

Ingrediënten

- 1 - middelgrote ui
- 1 tenen knoflook
- milde olijfolie
- 300 gr scharrelkipgehakt
- 400 gr Mutti polpa in blik
- 75 gr Parmezaanse kaas
- 400 gr verse spinazie
- 250 gr mascarpone
- 1 - courgette
- ½ el eetlepel gedroogde Italiaanse kruiden
- 250 gr koelverse lasagnebladen
- 200 gr mozzarella

Bereiding

1. Verwarm de oven voor op 180 °C. Snipper de ui en snijd de knoflook fijn. Verhit ⅓ van de olie in een hapjespan en bak het kipgehakt met de ui 6 min. op middelhoog vuur. Voeg de knoflook toe en bak 2 min. mee. Voeg de polpa toe, breng aan de kook en laat 10 min. op laag vuur zachtjes koken. Breng op smaak met peper en eventueel zout.
2. Rasp ondertussen de Parmezaanse kaas. Verhit ⅓ van de olie in een ruime koekenpan, voeg de spinazie in delen toe en laat slinken. Haal uit de pan en laat uitlekken in een vergiet. Druk met de achterkant van een pollepel het overtollige vocht eruit.
3. Meng de spinazie met de mascarpone en 20 g Parmezaanse kaas (per 4 personen) en breng op smaak met peper en eventueel zout.
4. Snijd de courgette in plakjes van 0.5 cm. Verhit de rest van de olie en bak de courgette met de Italiaanse kruiden 5 min. op middelhoog vuur.
5. Bedek de bodem van de ovenschaal met een lepel kip-tomatensaus. Verdeel achtereenvolgens een laagje lasagnebladen, tomatensaus, courgette, lasagnebladen en spinazie-mascarpone erover en herhaal dit.
6. Snijd de mozzarella in plakjes en verdeel met de rest van de Parmezaanse kaas erover. Bak in 40-45 min. gaar en laat 10 min. rusten voor serveren.