

Courgette lasagne met zalm



2 a 3 personen

2 courgettes (in dunne plakken geschaafd)
8 volkoren of spinazie lasagnebladen (koelvers)
300 gram roomkaas light
1 teentje knoflook (geperst)
2 eetlepels oregano
Spray olijfolie
200 gram gerookte zalm
1 bosje dille (fijngenhakt)
75 gram Parmezaanse kaas (geraspt)

Bereiden

Verwarm de oven voor op 180°C.

Snijd de courgetteplakken in dezelfde lengte als de lasagnebladen. Stoom de courgette in een stoommandje of zeef in circa 5 minuten beetgaar.

Meng de roomkaas met de room, knoflook, oregano, 2 eetlepels olijfolie en flink wat zout en peper.

Leg de lasagnebladen in de ovenschaal en bestrijk deze met een beetje olijfolie. Bestrijk met wat van het roomkaasmengsel, beleg vervolgens met zalm en dille en daarop een laag courgetteplakken. Leg daar weer een laag lasagnebladen overheen en herhaal de lagen totdat alle ingrediënten op zijn.

Bestrooi met de Parmezaanse kaas en bak de courgettelasagne 20-25 minuten in de oven.

Eet smakelijk!

** Voor toegestane hoeveelheden, zie richtlijnen PDS*