KIKKOMAN

Vegansk dumplinglasagne

Samlet tid **60 min.** **15 min.** Arbejdstid **45 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:
2.911 kJ / 696 kcal

Fedt: **30 g** Protein: **37,4 g**
Kulhydrater: **63,8 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

Til linsebolognesen:

1	lille løg
1	lille fed hvidløg
80 g	røde linser
1 spsk.	Kikkoman Ristet Sesamolie
100 g	brune champignoner
80 g	babyspinat
20 g	soltørrede tomater
200 g	hakkede tomater på dåse
100 ml	vand
4 spsk.	Kikkoman Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og citronaroma
0,25 tsk.	chiliflager
0,25 tsk.	friskkværnet sort peber

Til cashew-tofusaucen:

30 g	cashewnødder, udblødte
80 ml	plantedrik
1 spsk.	nøddesmør
60 g	silketofu
3 spsk.	Kikkoman Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og citronaroma
1 tsk.	gærflager
3 nip	stødt muskatnød
4 nip	friskkværnet sort peber
2	bøftomater
12	wontondejplader, egnet til dampning (ca.), alternativt rispapir
50 g	revet vegansk alternativ til ost (ca.)

FREMGANGSMÅDE

Step 1

1 lille løg - **1** lille fed hvidløg - **80 g** røde linser - **1 spsk.** Kikkoman Ristet Sesamolie - **100 g** brune champignoner - **80 g** babyspinat - **20 g** soltørrede tomater - **200 g** hakkede tomater på dåse - **100 ml** vand - **4 spsk.** Kikkoman Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og citronaroma - **0,25 tsk.** chiliflager - **0,25 tsk.** friskkværnet sort peber
Hak løg og hvidløg fint, og svits det i en gryde sammen med linserne i Kikkoman ristet sesamolie. Skær champignonerne i skiver, tilsæt dem sammen med spinaten, og svits det kort. Hak de soltørrede tomater fint, og kom dem i gryden sammen med de hakkede tomater og vand. Bring det i kog, og lad det småsimre i ca. 15 min. Smag bolognesen til med Kikkoman ponzu citrus sojasauce, chiliflager og peber.

Step 2

30 g cashewnødder, udblødte - **80 ml** plantedrik - **1 spsk.** nøddesmør - **60 g** silketofu - **3 spsk.** Kikkoman Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og citronaroma - **1 tsk.** gærflager - **3 nip** stødt muskatnød - **4 nip** friskkværnet sort peber
Blend de udblødte cashewnødder med plantedrik, nøddesmør og silketofu, til massen er helt glat. Smag til med Kikkoman ponzu citrus sojasauce, gærflager, muskatnød og peber.

Step 3

2 bøftomater - **12** wontondejplader, egnet til dampning (ca.), alternativt rispapir - **50 g** revet vegansk alternativ til ost (ca.) - **1 spsk.** pinjekerner, ristede - Et par basilikumblade
Varm ovnen op til 200 °C. Skær bøftomaterne i

1 spsk.	pinjekerner, ristede Et par basilikumblade	skiver. Fordel 3 spsk. af cashew-tofusaucen i bunden af et ildfast fad. Læg 3 wontondejplader ovenpå (halver dem om nødvendigt), og fordel en tredjedel af linsebolognesen samt en tredjedel af tomatskiverne over. Gentag dette lag-på-lag to gange mere, og afslut med et lag wontondejplader. Fordel resten af cashew-tofusaucen øverst, drys det veganske alternativ til ost over, og bag lasagnen i den forvarmede ovn i ca. 30 min. Pynt med pinjekerner og basilikum inden servering.