



BØRN MED MÆLKEALLERGI

Giv dit barn en god hverdag

LASAGNE – FRA 6 MÅNEDER

INGREDIENSER:

4-5 portioner

- 1 finthakket løg
- 25 g finthakket knoldselleri (ca. 1/2 dl)
- 1 gulerod (finthakket)
- 1 spsk. rapsolie
- 2,5 dl hakkede tomater
- 100 g hakket oksekød
- 1 tsk. oregano
- 1 ½ dl pasta (for eksempel pastaskruer)
- 1 ½ spsk. hvedemel
- 2 dl risdrik



SÅDAN GØR DU:

Skyl løg, knoldselleri og gulerod, og hak dem fint. Steg dem let i en gryde, de må ikke få farve.

Tilsæt de hakkede tomater, oregano og oksekødet, og lad det simre.

Rør melet ud i risdrikken og hæld det i kødsaucen. Lad det koge op under omrøring.

Sæt pastaen over, og lad den koge, til den er næsten klar.

Bland pastaen i kødsovsen.

Blend retten, til du får den konsistens, der passer til netop dit barn.