



Co-funded by
the European Union



"Deaf Chefs Learning the World Cuisine" is licensed
under a Creative Commons Attribution-
NonCommercial 4.0 International License.

ÜNİTE - 15. Tarif

Fırında Vegan Lazanya

2 - 4 kişilik

Miktar / Malzemeler:

Hamur için:

600 g buğday unu

3adet vegan yumurta ikamesi

3 çay kaşığı tuz

Gerekli kadar su

İç harcı için:

300 g soğan

30 ml sıvı yağ

800 g mantar

3 diş sarımsak

80 g kırık buğday

280 ml şarap

200 ml su

160 ml badem veya Hindistan cevizi sütü

800 g ıspanak yaprağı (taze)

1-2 adet vegan yumurta ikamesi

Baharat ve üstü için:

Vegan peynir (rendelenmiş, fırınlamak için)

Tuz, karabiber, kurutulmuş otlar (İtalyan baharatları)

Hazırlanışı:

Hamur:

- Tüm malzemeleri elastik bir makarna hamuru olacak şekilde yoğurun ve ince açın. Parçalar halinde kesin.

İç Harç:

- Soğanları soyup ince doğrayın, sıvıyağda pembeleşene kadar kavurun.
- Mantarları doğrayın, sarımsakları soyun ve soğanlarla birlikte kavurun.
- Kırık buğdayı, şarap, su ve badem sütü ile karıştırın ve kaynamaya bırakın.
- İspanak yapraklarını yıkayıp iri iri doğrayın, vegan yumurta ikamesi ile karıştırın. Tuz, karabiber ve kurutulmuş otlar ile tatlandırın.

Lazanyayı Dizme ve Pişirme:

- Fırın kabına önce biraz harç koyun, üzerine bir kat hamur, ardından mantarlı-ıspanaklı harçtan başka bir kat. İki kat olacak şekilde dizin.
- En üstüne harç ve rendelenmiş vegan peyniri serpin.
 - Önceden ısıtılmış 180°C fırında 30-40 dakika pişirin.





Co-funded by
the European Union



Co-funded by
the European Union

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

"Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden."



This document was created as free learning and teaching material (Open Educational Resource) and is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



Deaf Chefs
Learning the Vegan Cuisine
2024-1-DE02-KA220-VET-000254897