



# Lasaña vegetariana en olla eléctrica de cocción lenta

Porciones 8 | Tiempo de preparación 15 min | Tiempo total 4 horas 15

**Equipamiento:** Olla eléctrica de cocción lenta (6 a 7 cuatros), tazas medidoras, tabla para cortar

## Ingredientes

Aerosol antiadherente  
2 frascos o latas de 24 oz de salsa de tomate  
9 capas de masa para lasaña, crudas  
32 oz de ricota o queso cottage  
3 a 4 tazas de verduras frescas, cortadas (col rizada, cebolla, zanahoria o calabacín)  
O 2 bolsas de 12 oz de verduras congeladas  
2 tazas de mozzarella O queso provolone rallado  
1/2 taza de queso parmesano

## Instrucciones

1. Antes de comenzar, lávese las manos y lave las superficies, los utensilios, las frutas y verduras, y las tapas de las latas.
2. Rocíe la olla eléctrica de cocción lenta con aerosol de cocina antiadherente.
3. Esparza 1/2 taza de salsa de tomate en el fondo de la olla eléctrica de cocción lenta.
4. Rompa las capas de masa para que entren en la olla eléctrica de cocción lenta y cubra la salsa de tomate.
5. Coloque capas de 1/3 de la ricota O el queso cottage, las verduras, la salsa y la mozzarella O el queso provolone rallado.
6. Agregue otra capa de masa y repita las capas de ingredientes dos veces más hasta llegar a un total de 3 capas completas. Termine con una capa de masa.
7. Cubra con queso parmesano.
8. Tape y cocine a temperatura alta por 3 horas o en mínimo por 5 a 6 horas. Apague la olla eléctrica de cocción lenta por completo y deje que la lasaña se enfríe por una hora.

## Información nutricional:

Calorías 350  
Grasas totales 12 g  
Sodio 350 mg  
Carbohidratos totales 38 g  
Proteína 27 g