



LASAGNE BIANCHE LIGHT IN SALSA ALLO ZAFFERANO

Posted on 4 Gennaio 2019 by B.B



Note

DOSI 4 / 6 PERSONE

Ingredienti

PER LE LASAGNE

- g 500 Lasagne fresche o secche **SENZA UOVA**
- G400 [Ragù Bianco](#) **Vedi Ricetta**
- 4 Mozzarelle vaccine(Fior di latte)
- 500 g [Besciamella Light](#) **Vedi Ricetta**
- 100 GR Grana o Parmigiano
- Qb Salsa allo Zafferano
- Qb Granella di nocciole

PER LA SALSA ALLO ZAFFERANO

- 1/2 BICCHIERE [BRODO VEGETALE](#) **Vedi ricetta**
- 15 Stimmi di Zafferano o 2 BUSTINE
- 1 Bicchiere Latte parzialmente scremato



- 1/2 Cucchiaino farina di riso
- 1/2 Cucchiaino Farina di Mandorle
- Qb Sale

Procedimento

SALSA ZAFFERANO

1. In una padella scaldare il latte senza farlo bollire
2. Nel frattempo scaldiamo un po' di brodo e poi usiamolo per sciogliere lo zafferano
3. Misceliamo le due farine in una ciotola dove uniremo il latte caldo poco per volta
4. Mescoliamo con una frusta fino ad ottenere una crema omogenea e morbida
5. Aggiungiamo tutto il latte poco alla volta a questo punto uniamo il brodo con lo zafferano e portiamo sul fuoco a fiamma dolce
6. Aggiustiamo di sale se serve aggiungiamo altro brodo e lasciamo cuocere per qualche minuto mescolando

La salsa sarà pronta quando avremo raggiunto una consistenza cremosa e leggermente densa

Il risultato finale sarà una salsa abbastanza lenta non deve essere densa se serve in cottura aggiungere brodo

Se serve un quantitativo superiore di salsa raddoppiare la dose di tutti gli ingredienti oppure iniziare aggiungendo un terzo in più di tutto

LASAGNE

1. In una pirofila antiaderente mettere uno strato di besciamella light, a seguire fogli di pasta fresca che copriremo con il ragù bianco la besciamella una spolverata di Parmigiano e qualche pezzo di mozzarella vaccina.
2. Andiamo avanti così, sfoglia su sfoglia fino a raggiungere il bordo della pirofila.
3. L'ultimo strato sarà coperto di besciamella e andrà in forno a 180° max 200° per circa trenta minuti.
4. A cottura ultimata, lasciare raffreddare almeno mezz'ora prima di servirla.
5. Una volta intiepidita, impiattiamo mettendo un po' di salsa allo zafferano sul fondo del piatto su cui poseremo la porzione di lasagna
6. Cospargiamo con una dose di nocciole o mandorle oppure pistacchi tritati.
7. A chiudere il piatto un giro di olio Evo a crudo



LASAGNE BIANCHE LIGHT IN SALSA ALLO ZAFFERANO

Le lasagne bianche sono le parenti più prossime delle celeberrime Lasagne alla Bolognese dalle quali si distinguono proprio per l'assenza del pomodoro. **In realtà in origine le prime lasagne risalgono al periodo dell'antica Roma dove queste sfoglie di pasta fatta di acqua e farina venivano cotte in forno o sul fuoco, farcite con della carne e servite così.** La lasagna con ragù bianco si avvicina molto alla versione preistorica di questa ricetta.

Tutto questo accadeva molto, moltissimo tempo fa quando il pomodoro non era neppure un'ipotesi, la sua comparsa sulle nostre tavole non avverrà fino alla metà del XIX secolo. Non parliamo poi della pasta all'uovo e della besciamella che per l'epoca era ancora fantascienza.

La pasta al forno più famosa al mondo è indiscutibilmente la lasagna alla Bolognese regina indiscussa sulle tavole Emiliane al fianco dei blasonatissimi tortellini. Nel tempo ne sono state create innumerevoli versioni con e senza pomodoro, con verdure di ogni genere, di solo formaggio e besciamella, con pomodoro e mozzarella, al pesce e chissà quante altre se ne possono creare.

Oggi vi propongo una versione light decisamente gustosa e di tutto rispetto. Piace molto ai più piccini e con gli amici farete un figurone.

Le lasagne al forno sono un piatto meraviglioso che piace sempre a tutti in particolare ai bambini, a cui possiamo proporre le verdure sotto mentite spoglie, nascoste e travestite e generalmente funziona. Mangiano tutto e chiedono anche il bis!

Le lasagne bianche sono un grande classico tra le ricette delle feste di Pasqua e una alternativa golosa alla classica bolognese.

In qualunque versione, questa pasta è sempre strepitosa ogni volta che la mangio torno bambina e credo che sarà sempre così.

Non ci resta che accendere il forno.

Leggi anche ricette per : [Besciamella Light](#)
[Ragù bianco Light](#)
[Pasta fresca Light](#)

Grazie per avermi letto, vi aspetto con nuove Gustose Ricette Light.

Buon Appetito e Buon Gusto a tutti voi!