

# LASAÑA MEXICANA

Deliciosa fusión de dos culturas a través de esta deliciosa Lasaña Mexicana.

Italia y México unidos en un exquisito platillo.

¡Tienes que probar!

## INGREDIENTES

### **PORCIÓN: 4 Personas**

- 1 diente ajo
- Cilantro
- Cebolla
- 3 chiles poblanos
- Ajo en polvo
- Pimienta en polvo
- Sal
- Aceite
- 250 gr de setas
- 2 calabacitas o calabacines
- 1 elote o choclo
- 1/2 taza de leche vegetal
- 1 taza de crema vegana
- Queso de papa tipo fondue
- Queso tipo manchego

– Láminas de lasaña

**NOTA: TODAS LAS VERDURAS DEBEN DE ESTAR PREVIAMENTE LAVADAS Y DESINFECTADAS.**

**(Las setas no se lavan, sólo se limpian con un trapo húmedo y limpio)**

VER VIDEO DE MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

Modo de preparación

directamente en la lumbre 3 chiles poblanos y los asamos por todos lados. Los metemos en una bolsa de plástico durante 15 minutos. Pasado ese tiempo, los sacamos de la bolsa y los raspamos con un cuchillo, hasta quitarles toda la piel. Los abrimos con unas tijeras, los desvenamos y les retiramos las semillas. Partimos un chile en cuadros pequeños y los otros dos los dejamos completos. Apartamos

un sartén ya caliente, vertemos un poco de aceite vegetal. Agregamos 250 gramos de setas deshebradas. Dejamos 2 minutos a que se doren de un lado y volteamos. Bajamos el fuego a flama baja. Ponemos un poco de ajo en polvo, un poco de pimienta en polvo y un poco de sal. Mezclamos. Cuando estén doradas por los dos lados, retiramos de la sartén. Apartamos.

una sartén ya caliente agregamos un poco de aceite vegetal. Agregamos  $\frac{1}{2}$  cebolla finamente picada y movemos 30 segundos. Agregamos un puño de cilantro (previamente desinfectado y finamente picado) Agregamos los granos de un elote grande y movemos 50 segundos, agregamos los cuadritos de un chile que ya tenemos cortados y los otros los reservamos. Mezclamos 40 segundos, agregamos una calabaza (previamente lavada y partida en medias lunas delgadas) Mezclamos. Agregamos un poco de pimienta en polvo, un poco de ajo en polvo, un poco de sal. Agregamos un poquito de agua, mezclamos y tapamos la sartén. Bajamos a flama baja y dejamos así durante 3 minutos. Apagamos el fuego.

una licuadora ponemos los dos chiles restantes, agregamos un ajo picado, agregamos una taza de crema vegana (Tenemos la receta en el canal). Agregamos  $\frac{1}{4}$  de taza de leche vegetal y media cucharadita de sal. Licuamos hasta integrar bien los ingredientes.

una charola ponemos las láminas para lasaña y agregamos un poco de agua caliente para que se hidraten. Durante 2 minutos.

un refractario ponemos una capa de nuestra salsa, una capa de láminas de pasta (Retiramos el exceso de agua). Ponemos una capa del guiso de las setas, agregamos unas rebanadas de queso de papa (Tenemos la receta en el canal). Ponemos una capa de salsa, una capa de láminas de pasta. Agregamos otra capa del guiso de setas, agregamos unas rebanadas de queso de papa y una capa de salsa. Ponemos otra capa de láminas de pasta y vaciamos el resto de la salsa. Agregamos en la superficie una capa de queso tipo fondue (tenemos la receta en el canal) Tapamos con papel aluminio. Metemos la lasaña a un horno precalentado a 180 grados C (si tu horno tiene calentador arriba y abajo, mejor), lo dejamos durante 25 minutos.

Ver video

## **@blancaestelaibarracordero6281**

Preparé esta rica lasaña y quedó muy rica les gusto mucho a mi familia, gracias por todas sus deliciosas y económicas recetas. Saludos, me encanta su canal y la variedad de sus comidas postres y tips para facilitar el trabajo en la cocina. Son adorables, que Dios los conserve por mucho tiempo con ese buen animo que contagian.

## **@magalymunoz1906**

Ver la cara de ese hijo probando la lasaña, no tiene precio!!!! La haré y mando Saludos desde España Valencia. Un abrazo y gracias!

**@venusinahs364**

Que delicia de recetas, he vuelto a comer guisados que hace mucho no probaba. Nos regaló el placer de nuestra comida mexicana sin causar daño a otros ser vivo. Bendiciones!!!

**@jacquelinecastillo5357**

Querida amiga, mil gracias por tan fabulosa lasaña vegana, sana, nutritiva, riquísima y lo mejor, libre de origen animal y sufrimiento...

---

## **UNIR RELIGIONES, PARA PROMOVER EL VEGANISMO...**

Esta cartelera viral de La Vie une religiones para promover el veganismo.

La marca francesa de productos cárnicos a base de plantas, La Vie, tiene historia haciendo anuncios publicitarios originales y que incitan a la curiosidad de sus espectadores.

Un ejemplo de estos anuncios es el que promocionó más recientemente en Londres, en el que se lee "A Jew, a Meat-Lover, a Muslim and a Vegan walk into a bar and share a bacon sandwich. No Joke."

("Un judío, un amante de la carne, un musulmán y un vegano

entran a un bar y comparten un sándwich de tocino. No es broma.”)

Con el que buscan alentar a las comunidades no familiarizadas con la carne a probar este producto que sabe como el tocino real pero sin dejar de lado sus ideales o principios.

Esta marca cuenta con inversores considerados de alto perfil como Natalie Portman.

Fecha de la noticia: 20 enero 2023

FUENTE: [socialsamosa.com](https://socialsamosa.com)