



**Nivel de dificultad:** Difícil

**Nivel Calórico:** Nivel calórico medio

**Precio Aproximado:** Menos de 5 €

## Ingredientes

600 g  
ternera (picada)  
16  
láminas de lasaña  
1  
Cebolla  
2 g  
sal (1/4 cucharadita)  
2 g  
pimienta negra (1/2 cucharadita)  
1 g  
oregano (pizca)  
1 g  
perejil seco (pizca)  
1 g  
romero (pizca)  
250 g  
harina de trigo  
80 g  
aceite de oliva (6 cucharadas)  
1 l  
leche  
5 g  
sal (1 cucharadita)  
1  
Cebolla  
40 g  
aceite de oliva (3 cucharadas)  
2 g

sal (1/2 cucharadita)  
3  
tomates (maduros)  
8 g  
azúcar (1 cucharada)  
150 g  
queso rallado

## Instrucciones

1. Pon a hervir agua con una pizca de sal en una olla y añade las láminas de lasaña.
2. Cocina durante 8 - 10 minutos. Seca las placas de lasaña, aclararas con agua fría y reservalas.
3. Precalienta el horno a 175º C.
4. Pica 1 cebolla y cocina a fuego lento durante 8 - 10 minutos en una sartén grande con 2 - 3 cucharadas de aceite de oliva y una 1/4 cucharadita de sal.
5. Salpimenta la carne picada con pimienta negra y algunas especias como perejil, orégano y romero. Añade la carne picada a la sartén y cocina a fuego medio durante 8 - 10 minutos.
6. Añade la salsa de tomate frito a la sartén y cocina a fuego lento y removiendo durante 3 - 4 minutos.
7. En una bandeja de horno honda pon una base de salsa bechamel en el fondo.
8. Coloca una capa de láminas de lasaña sobre la capa de salsa bechamel.
9. Añade una capa de la carne picada con la salsa de tomate sobre las placas de lasaña.
10. Cubre con una capa de salsa bechamel.
11. Repite este proceso con el mismo orden (láminas de lasaña, carne y salsa bechamel) Espolvorea queso rallado para gratinar por encima.
12. Hornea durante 30 minutos y gratina durante 3 - 4 minutos.
13. Deja enfriar 10 - 15 minutos, sirve y disfruta de tu receta de lasaña con cremosa salsa bechamel casera.

### PARA LA SALSA DE TOMATE FRITO:

1. Pela y pica una cebolla.
2. Pela y pica o ralla los tomates.
3. Calienta 3 cucharadas de aceite de oliva en una sartén y añade la cebolla picada y media cucharadita de sal. Pocha a fuego lento durante 8 - 10 minutos.
4. Añade los tomates y 1 cucharada de azúcar a la sartén para quitar la acidez y cocina a fuego lento durante 8 - 10 minutos (puedes añadir una pizca de albahaca u orégano si lo deseas).
5. Retira la salsa del fuego, bate con la ayuda de una batidora o licuadora y reserva.

### PARA LA BECHAMEL O BESAMEL:

1. Calienta 6 cucharadas de aceite de oliva en una olla. Una vez caliente añade la harina y remueve a fuego lento hasta que la mezcla quede homogénea. Continúa removiendo con fuerza hasta que la harina tenga un color dorado (2 - 3 minutos).
2. Echa un chorro leche a temperatura ambiente y una cucharadita de sal a la olla y remueve con fuerza hasta que se quede la mezcla homogénea. Repite este proceso añadiendo leche poco a poco sin parar de dar vueltas. Una vez añadida toda la leche deja hirviendo durante 8 - 10 minutos a fuego lento dando vueltas suavemente.
3. Prueba, corrige de sal y reserva.
4. Si te la bechamel tiene grumos, usa la batidora para quitarlos. Ver más [recetas de pasta](#) [1].

**Enlaces**

[1] <https://thespanishcuisine.com/es/recetas/pasta>