Потребни состојки:

40 дкг смрзнат спанаќ,

1 кромид,

1 чешне лук,

1 лажица масло,

2-3 тиквички,

40 дкг соја сирење, или соја кашкавал

2 дл бешамел сос,

Сол, магдонос, оригано, мускатно оревче, бибер,

Пакетче лазањи (треба барем 10 -15 листа),

2 дцл сос од патлиџан - може место сос и свежи патлиџани,

Неколку парчиња млад кромид,

Неколку шампињони (десетина дкг),

Подготовка:

1. Одмрзнете го смрзнатиот спанаќ. Додадете го во масло каде пропржувате кромид и лук,
2. Додадениот спанаќ, продолжете да го динстате и додадете сол и бибер.
3. Измијте ги тиквичките, насецкајте ги на коцкички или изрендајте ги,
4. Половина од соја сирењето (или соја кашкавал) додадете го во спанаќот кога е веќе добро издинстан -остатокот оставете го за крај,
5. Додадете ги исецканите тиквички, магдоносот, печурките, па и во оваа смеса додадете дел од соја сирењето,
6. Добро измешајте и малку подварете ја смесата, па додадете сол, бибер и оригано.

1. Релната затоплете ја на 200 степени, подгответе тава и намачкајте ја со малку масло,
2. Поставете ги лазањите, на нив ставете дел од смесата (третина), па некое парче соја сирење, некое парче печурки, млад кромид (предходно исецкан на парчиња), па пак лазањи, па смесата, па соја сирење, печурки, сецкан кромид, па повторно лазањи, смесата.....

На крај ставете сос од патлиџан, или сецкан свеж патлиџан.

1. Во релна печете ги лазањите отприлика 30 минути, потоа извадете ги, па повторно ставете дел од рендано соја сирење (ставајте го на крај од печењето за да не поцрни)

2. Вратете ги во релна и печете уште 10-тина минути и.... веган лазањата е готова! Добар апетит!:)