蔬菜里科塔奶酪千层面

食谱作者 V-ZUG 瑞族



制备过程	40 分钟
烘烤的时间：烘烤时间取决于机器	1 小时 10 分钟
份	4
电器	CombiSteamer V4000 45 自 2021 年

辣椒、茄子、西葫芦和樱桃番茄 - 最好的夏令时蔬汇集在一份千层面中。里科塔奶酪和奶油贝夏梅尔调味酱使这份千层面成为一顿完美的大餐。这是一道蔬菜满满的饕餮盛宴。

烤蔬菜

3 彩色辣椒, 切四瓣，切成两半

2 茄子, 切成两半，切成约 5 毫米厚的片

1 西葫芦（约 250 克）, 切成约 5 毫米厚的片

1 洋葱, 切片

500 g 樱桃番茄, 切成两半

4 枝 迷迭香, 针已拔掉

1½ 茶匙 食盐

适量 淋洒橄榄油

贝夏梅尔调味酱

30 g 黄油

30 g 面粉

600 ml 牛奶

½ 茶匙 食盐

适量 黑胡椒粉

1 蒜瓣, 捣碎

意大利千层面

250 克 里科塔奶酪

½ 束 罗勒, 摘掉叶子，粗略切碎

12 千层面片

80 克 磨碎的帕玛森奶酪

烤蔬菜

用热空气加蒸汽模式将烤箱内腔预热至 200°C。将蔬菜和迷迭香放在两个铺有烤箱纸的蛋糕盘上，用盐调味，淋上少许油。将烤盘推入预热后的烤箱内腔内，烘烤约 30 分钟。取出，待其稍凉。关闭内腔。

将发酵桶预加热 热风+清蒸 到 **200 °C**

放入食物

在 热风+清蒸 期间为 **200 30** 分钟°C

贝夏梅尔调味酱

在煎锅中用中火融化黄油。加入面粉，搅拌的同时煮约 3 分钟，不要让面粉变色。加入牛奶，煮沸的同时不断搅拌。调小火，加入大蒜，并在偶尔搅拌的情况下烹煮约 10 分钟。用盐和胡椒为酱汁调味。

意大利千层面

将一些贝夏梅尔调味酱倒入焗烤盘中，并在上面放上 3 片千层面面皮。将 ⅓ 的蔬菜、里科塔奶酪和罗勒铺在面皮上。将四分之一的贝夏梅尔调味酱涂抹在上面。在上面放上 3 片千层面面皮。用蔬菜、里科塔奶酪、贝夏梅尔调味酱和千层面面皮重复该过程。将剩余的贝夏梅尔调味酱涂抹在千层面的最后一层上，并撒上帕尔马干酪。将千层面在烤架上推入内腔中，用湿热空气模式在 180°C 条件下烹饪约 40 分钟。

(无暂停)

在 湿热风 期间为 **180 40** 分钟°C

配件

烤盘

容量为 3 升的焗烤盘，涂有油脂

烤架

附加信息

创建时间	25.07.2025