

Gemüselasagne

Zutaten für 4 Personen - Bechamelsoße:

- 500 ml Milch
- 35g Butter
- 35 g Mehl

Zutaten für 4 Personen – Rote Soße:

- 3 große Karotte(n)
- 1 Gemüsezwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 4 EL Butter
- 2 Packungen passierte Tomaten

Zutaten für 4 Personen – Spinat:

- 800 g Blattspinat
- 1 Gemüsezwiebel
- 1 Dose Sahne

Sowie:

- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Gemüsebrühpulver
- Muskat
- Zitronensaft
- 1 Packet Lasagneplatten
- Auflaufform
- Geriebener Käse

Ablaufplan:

Béchamelsoße:

1. Hände waschen
2. In einem Topf Butter schmelzen lassen, dann Mehl dazugeben und verrühren, bis kein Mehl mehr zu sehen ist
3. Milch dazugeben und unter ständigem Rühren aufkochen lassen, dann für 20 Minuten köcheln lassen
4. Warmhalten und beiseitestellen

Rote Soße:

1. Schneidebrett aufbauen, Gemüse waschen und schälen
2. Karotten längs halbieren und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden, Zwiebel fein würfeln
3. Zwiebeln im Topf anschwitzen, Möhren dazugeben und mit Tomatenpulpe ablöschen
4. Abschmecken und würzen
5. Warmhalten und beiseitestellen

Spinat:

1. Spinat fein waschen und grob hacken, Zwiebel schälen und fein würfeln
2. Spinat und Zwiebel im Topf anschwitzen lassen, mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen, Sahne dazugeben und aufkochen lassen
3. Warmhalten und beiseitestellen

Lasagne:

1. Auflaufform einölen
2. Zuerst den Boden der Form mit roter Soße bedecken, dann Lasagneplatten dünn auslegen. Auf die Lasagneplatte kommt erste der Spinat und dann die Béchamelsoße
3. Wiederholen bis gewünschte Höhe erreicht ist, dann als oberste Letzte Schicht Béchamelsoße verteilen
4. Mit Streukäse bedecken und im Ofen bei 180°C backen, bis die Nudelplatten weich sind (mit Zahnstocher überprüfen)
5. In der Auflaufform portionieren und servieren.