Vegetarische Lasagne

Zutaten für 4 Personen

2400 g Tiefkühl-Rahmspinat

8 Stck. Karotten

28 Stck. Champignons

4 Stck. Zwiebel

20 EL Milch

400 g Kräuterfrischkäse

8 Stck. Knoblauchzehen

4 EL Gemüsebrühe

2000 ml passierte Tomaten

12 EL Butter

8 EL Mehl

600 ml süße Sahne

4 Pck. Lasagne-Platten

4 Pck. Geriebener Käse

Anleitung

Mal kurz nach Italien, einen Tag die Riviera entlang spazieren oder das kleine norditalienische Dorf Valdobbiadene besuchen. Das wär?s jetzt! Wenn das gerade vielleicht nicht drin ist, zeigen wir euch, wie ihr stattdessen Italien für einen Abend zu euch nach Hause holen könnt. Und zwar mit einer Lasagne Verdura ? einer vegetarischen Lasagne! Klar, Spinat ist ein superleckeres Superfood mit viel Vitamin C, gesundem Eisen und Magnesium. Doch in unserem Rezept wird er zum i-Tüpfelchen einer fruchtigen Gemüse-Lasagne, die deinen Geschmacksnerven einen Tag Urlaub gönnen wird. Cheat-Day muss auch mal sein!

Und so einfach geht?s:

Zu Beginn werden die Karotten, Champignons und Zwiebel geschält und gehackt. Dann werden als Erstes die Zwiebelwürfel in einer Pfanne angeschwitzt. Danach das restliche Gemüse dazugeben und kurz mitdünsten. Dazu werden dann die fünf Esslöffel Milch gegeben und dann der Rahmspinat darin erhitzen. Wenn eine Rahmsoße entstanden ist, den Frischkäse und die Gemüsebrühe dazugeben. Fünf Minuten köcheln lassen. Zum Schluss eine Knoblauchzehe pressen und hinzugeben. Mit (viel) Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.

Die Butter wird dann in einem weiteren Topf die Butter erhitzt. Das Mehl unter Rühren hinzugeben und zu einer glatten Masse verrühren. Unter stetem Rühren nun die passierten Tomaten dazugeben, danach direkt die Sahne angießen. Die Knoblauchzehe dazu pressen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles aufkochen.

Spinat und Tomatensoße werden nun dünn auf dem Auflaufform-Boden verteilt und dann immer abwechselnd mit Lasagne-Platten, Spinatgemisch und Tomatensoße belegt. Anschließen euren Lieblingskäse über den Auflauf reiben. Bei 180 Grad Umluft wird eure Lasagne verdura dann 30 Minuten gebacken. Nach dem Backen noch fünf bis zehn Minuten im ausgeschalteten Backofen stehen lassen.

Unsere Schaumwein-Empfehlung: Wir legen dir einen Prosecco ans Herz. Denn seine Kohlensäure bildet das perfekte Gegenstück zur herzhaften Käseschicht der Lasagne. Am besten öffnest du eine gut gekühlte Flasche Freixenet Prosecco DOC oder Mionetto Prosecco DOC Extra Dry.

Anleitung