



Schnelles Gemüselasagnen-Rezept

Zeit gesamt
1h

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Gouda, mittelalt am Stück	100 g
Zwiebeln, gelb	2 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Zucchini	1 St.
Suppengemüse	1 Bund
Öl	4 EL
Tomatenmark	20 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Oregano, getrocknet	0.25 TL
Zucker	1 TL
Tomaten, gehackt	800 g
Butter	40 g
Weizenmehl, Type 405	40 g
Milch	400 ml
Muskatnuss, gemahlen	
Lasagneplatten	15 St.
Mozzarella	1 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Auflaufform, Monsieur Cuisine

1. Gouda entrinden und in Stücke schneiden. In den Mixtopf Gouda geben und 5 Sek./Stufe 10 zerkleinern und umfüllen. Zwiebel halbieren und schälen. Knoblauch schälen. Zucchini waschen, Enden entfernen und in Stücke schneiden. Suppengemüse waschen, ggf. Enden entfernen und schälen. In den Mixbehälter Zwiebel, Knoblauch, Zucchini und Suppengemüse geben und 10 Sek./Stufe 6 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. Öl zugeben und ohne Messbecher 4 Min./Anbratstufe braten.
2. Tomatenmark, 1 TL Salz, 0,5 TL Pfeffer, Oregano und Zucker zugeben und weitere 2 Min./Anbratstufe braten. Tomaten zugeben, anstelle des Messbechers Kocheinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und 20 Min./95 °C/Stufe 1 garen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und umfüllen. Mixbehälter säubern.
3. Backofen auf 190 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. In den Mixbehälter Butter geben und 3 Min./100 °C/Stufe 1 schmelzen. Mehl zugeben und 3 Min./100 °C/Stufe 1 dünsten. Milch, Salz, Pfeffer und Muskat zugeben und 6 Min./90 °C/Stufe 2 kochen.
4. In einer Auflaufform eine dünne Schicht Bechamelsauce verteilen, 2–3 Lasagneplatten darauflegen und einige Esslöffel Gemüsesauce darüber verteilen. Mit den übrigen Zutaten genauso verfahren und dabei mit Gemüsesauce enden. Mit Gouda und Mozzarella bestreuen und Lasagne im vorgeheizten Backofen ca. 30 Min. goldbraun überbacken.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	796 kcal
Kohlenhydrate	90 g
Eiweiß	31 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	36 g