



Vegane Gemüselasagne

Zeit gesamt
🕒 1h 10min

Zubereitungszeit
🕒 30min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Auberginen	2 St.
Zucchini	2 St.
Paprika, rot	2 St.
Öl	2 EL
Tomatenmark	3 EL
Tomaten, gehackt	800 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Zucker	
Kräuter der Provence, getrocknet	1 TL
Margarine, vegan	3 EL
Weizenmehl, Type 405	3 EL
Sojadrink	400 ml
Muskatnuss, gemahlen	
Lasagneplatten	12 St.
Vemondo Reibegenuss	150 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf, große Auflaufform, Schneebesen

1. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und hacken. Auberginen und Zucchini waschen, Enden entfernen und würfeln. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und ebenfalls würfeln.
2. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen. Gemüse darin ca. 4 Min. anbraten. Tomatenmark zugeben und ca. 2 Min. weiterbraten. Mit gehackten Tomaten ablöschen und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Kräutern der Provence würzen. Auf niedriger Stufe bis zur Verwendung köcheln lassen.
3. Für die Bechamelsauce in einem Topf Margarine auf mittlerer Stufe schmelzen. Mehl zufügen und darin anschwitzen. Mit Sojadrink ablöschen und unter regelmäßigem Rühren ca. 10 Min. köcheln. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Ofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
4. In einer Auflaufform eine dünne Schicht Bechamelsauce verteilen, mit Lasagneplatten belegen und eine Kelle Gemüsesauce darüber verteilen. Mit den übrigen Zutaten genauso verfahren und dabei mit Gemüsesauce enden. Mit veganem Reibegenuss bestreuen und vegane Lasagne im Backofen ca. 35–40 Min. goldbraun überbacken.
5. Fertige Gemüselasagne aus dem Ofen nehmen, vor dem Servieren etwas abkühlen lassen und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt [Gurkensalat mit Essig-Öl-Dressing](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	656 kcal
Kohlenhydrate	96 g
Eiweiß	21 g
Ballaststoffe	14 g
Fette	25 g