# Vegane Lasagne mit Spinat

Zeit gesamt
50min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|---|---|
| Cashewkerne | 200 g |
| Zwiebeln, gelb | 1 St. |
| Knoblauchzehen | 1 St. |
| Basilikum, frisch | 20 g |
| Zitronen | 1 St. |
| Weißwein, trocken | 200 ml |
| Öl | 2 EL |
| Blattspinat, tiefgefroren | 500 g |
| Sojadrink | 800 ml |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz | |
| Muskatnuss, gemahlen | |
| Lasagneplatten | 500 g |

## Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlerer Topf, große Auflaufform, Sieb, Pürierstab

1. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einer Schüssel 2/3 der Cashewkerne in heißem Wasser einweichen und ca. 10 Min. ziehen lassen.

2. Übrige Cashewkerne grob hacken. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Koblauch schälen und fein hacken. Basilikum waschen, trocken schütteln und grobe Stiele entfernen. Zitrone halbieren und Saft auspressen.

3. Eingeweichte Cashewkerne abgießen und in der Schüssel mit Basilikum, 2 EL Zitronensaft und Weißwein pürieren.

4. In einem Topf 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Zwiebel mit Knoblauch ca. 2 Min. glasig anschwitzen. Mit pürierten Cashewkernen und Sojadrink auffüllen und aufkochen lassen. Spinat zugeben und in der heißen Sauce auftauen lassen. Sauce mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

5. Eine dünne Schicht der Spinatsauce auf dem Boden einer Auflaufform verteilen, Lasagneplatten darauflegen. Vorgang wiederholen, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Achte dabei darauf, dass die Lasagneplatten komplett mit Flüssigkeit bedeckt sind, damit sie gleichmäßig garen. Gehackte Cashewkerne auf der veganen Spinat-Lasagne verteilen und im Ofen ca. 30 Min. backen. Aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen und servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

| | |
|---|---|
| Kaloriengehalt | 952 kcal |
| Kohlenhydrate | 126 g |
| Eiweiß | 37 g |
| Ballaststoffe | 6 g |
| Fette | 32 g |