

# Gemüselasagne

von Sven Ruf

Mengen für 4 Personen

200 g Lasagneplatten

32 g Zwiebel

Gemüsesauce:

Zwiebel und Rüebli schälen, mit den Peperoni in Stücke schneiden. Öl in einer Pfanne erwärmen, Gemüse ca. 5 Min. andämpfen. Tomaten und Wasser begeben, aufkochen, würzen, Hitze reduzieren, ca. 30 Min. köcheln. Pfanne vom Herd nehmen.

7 cl Wasser

\* 5 g Salz

0.4 g Pfeffer

Je nach Geschmack

60 g Margarine

Béchamelsauce:

Margarine in einer Pfanne erwärmen. Mehl mit dem Schwingbesen unter Rühren bei mittlerer Hitze dünsten, das Mehl darf dabei keine Farbe annehmen. Pfanne von der Platte nehmen. Milch auf einmal zum Mehl giessen, unter Rühren aufkochen, Hitze reduzieren. Sauce würzen, unter gelegentlichem Rühren ca. 10 Min. köcheln, bis die Sauce sämig ist. Käse daruntermischen, etwas abkühlen.

30 g Mehl

4.6 dl Sojamilch

\* 3 g Salz

1.2 g Muskatnuss

0.4 g Pfeffer

34 g Parmesan

24 g Parmesan

Lasagne:

Auflaufform (ca. 2 ½ Liter) mit Öl bestreichen. 4 EL Béchamelsauce in der vorbereiteten Form verteilen. Lasagneblätter lagenweise mit der Gemüse- und Béchamelsauce in die Form schichten, Käse darüberstreuen.

Ca. 35 Min. in der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, ca. 5 Min. ruhen lassen.

320 g gehackte Tomaten

800 g Gemüse nach Wahl

Karotten, Auberginen, Erbsli, Peperoni, Zucchini, Pilze, etc.

\* angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g