



Kürbis-Zucchini-Lasagne

Rezepte von BEPA Bio



Zutatenliste (4 Portionen):

1 Zucchini, ½ Delicata, 500g veggie Hack mit Sauce (z.B. Viana), 2-3 Tomaten, 1 Zwiebel, 3-4 Knoblauchzehen, 1 EL Olivenöl, 1 EL Tomatenmark, 1 Glas (350g) Tomatensauce BoScaiola, 4-5 Lasagneblätter, 50g vegane Butter (z.B. AlSan Bio), 3 EL Mehl, 500ml Sojamilch, 1 Packung veganer Reibekäse, Muskat, Pfeffer, Lichtwurzelsalz

Zubereitung:

1. Das Gemüse vorbereiten. Zucchini und Kürbis längs in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten ebenfalls würfeln.
2. In einer beschichteten Pfanne erst das Öl erhitzen, dann die Zwiebeln darin glasig dünsten. Knoblauch und Tomatenmark hinzugeben und kurz mitbraten. Die Tomaten und das veggie Hack zur Pfanne geben und alle Zutaten vermischen. Die Hitze reduzieren und die Tomatensauce hinzugeben. Das Glas der Tomatensauce nochmals mit Wasser füllen, durchschütteln und den Inhalt zugeben.
3. Die Bechamel zubereiten. Dafür in einem Topf die Butter zerlassen, bis sie kleine Bläschen schlägt und etwas braun wird. Das Mehl hinzugeben und alles mit einem Schneebesen für 1-2 Minuten anschwitzen. Nach und nach Sojamilch hinzugeben und gut verrühren. Die Hitze etwas reduzieren, die Sauce sollte köcheln bis sie fertig ist. Dann die Hitze ausschalten.
4. Den Backofen auf 200°C Umluft einstellen. In einer geeigneten Form (die im Rezept verwendete Form ist klein und hoch), eine dünne Schicht Hacksauce verteilen und dann eine Schicht Lasagneblätter ggf. zurechtbrechen und auslegen. Es folgt wieder eine Schicht Hacksauce, dann die Zucchini-Streifen auslegen und darüber die Kürbis-Streifen. Mit einer Schicht Bechamel bedecken und etwas Reibekäse darüber streuen.
5. Die Lasagne Schichten in der Reihenfolge Lasagneblätter, Hacksauce, Zucchini, Kürbis, Bechamel, Käse. Zum Schluss noch eine letzte Schicht Hacksauce, Bechamel, Kürbis und den Rest des Reibekäses. Die Auflaufform für circa 25-30 Minuten, je nach Kürbisdicke und Auflaufform in den Backofen.