

Leichte Lasagne

Das Rezept ist für mind. 4 Pers. p.Pers. 8 SmartPoint Punkte

Zutaten:

300 g Tatar

1 große Zucchini, 2 weiße Zwiebeln, 2 rote Paprika, 4 Möhren, alles in Würfel schneiden

1 Stk Sellerie, in kleine Würfel geschnitten

2 Stangen Lauch, in Ringe geschnitten, 3 Knoblauchzehen

1 Dose geschälte Tomaten, die Tomaten einfach mit einer Schere klein schneiden

100 ml Gemüsebrühe

9 Lasagneblätter, ungekocht

60 g Parmesankäse, mit der feinen Microplane Reibe gerieben

Salz, Pfeffer, ital. Getrocknete Kräuter, Ayvar, Tomatenmark

Zubereitung:

Als erstes das Tatar im Komfort-Universaltopf „fettfrei“ anbraten. Dann die Zwiebeln dazu und den Knoblauch mit der Knoblauchpresse dazu geben. Schon direkt etwas mit Salz und Pfeffer würzen.

Dann das Gemüse zugeben, kurz anbraten und dann die Tomaten, das Tomatenmark, 2 TL ital. Kräuter, 3 EL Tomatenmark und 2 EL Ayvar zugeben, die Gemüsebrühe dazu und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles ca. 10 Min bei mittlerer Hitze schmoren lassen.

Nun als erstes etwas von dem Gemüse in den Baker geben, dann immer 2 Lasagneplatten drauf legen, Gemüse drauf, etwas Parmesankäse drüber geben und dreimal wiederholen. Die letzte Lasagneplatte habe ich so zurecht gebrochen, dass ich auch die Seiten zugelegt habe.

Als Abschluss sollte Gemüse sein. Darauf dann nochmals Parmesan geben und das ganze für ca. 40 min in den auf 210 Grad vorgeheizten Backofen, wie immer aufs untere Rost.

Guten Appetit wünscht Euch Judith ☺