

KÜRBIS-LASAGNE

Zutaten für 5 Portionen:

- 1 Zwiebel
- 450 g Hokkaido Kürbis
- 600 g gestückelte Tomaten
- 2 TL Kokosöl (oder ein anderes Öl)
- 3 TL Gemüsebrühpulver (oder unsere Gemüsepaste)
- 300 g Frischkäse
- Petersilie
- 12 Lasagneplatten
- 200 g geriebener Käse

Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Hokkaido-Kürbis waschen, Kerngehäuse entfernen, mit einer groben Raspel zerkleinern. Die Schale kann mitverwendet werden. In einer großen Pfanne Öl erhitzen, erst die Zwiebel und dann die Kürbispaste sanft anbraten.

Die Kürbis-Zwiebel-Mischung mit den Tomaten ablöschen, Gemüsebrühpulver dazugeben und ca. 5 Minuten schwach köcheln lassen. Backofen auf 200 Grad C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Nach den 5 Minuten Kochzeit den Frischkäse und die gehackte Petersilie dazugeben und eine weitere Minute mitköcheln.

In einer Auflaufform abwechselnd die Kürbismasse mit den Lasagneplatten schichten, wobei die erste und die letzte Schicht aus Kürbissoße besteht. Zum Schluss den geriebenen Käse auf die Kürbislasagne streuen und für 30 Minuten im Backofen überbacken.

Tipp: Die Kürbismasse sollte nicht zu „trocken“ sein. Evtl. passierte Tomaten dazugeben.

WIR WÜNSCHEN GUTEN APPETIT!



REGIONAL · ÖKOLOGISCH · NACHHALTIG