

Grünkohl-Lasagne.

Zutaten für 6 Personen:

1 Kg Grünkohl frischer blanchiert
2 Stk Zwiebeln
30 g Butter
4 Tl Olivenöl
130 g Gemüsebrühe
1 El Mehl
250 g Lasagneplatten gegart
1 El Sojasauce
100 g Käse gerieben
2 Tl Oregano
1 Tl Basilikum
400 g Passierte Dosentomaten
Salz
Pfeffer
Muskat

Zubereitung:

Den Grünkohl vorbereiten, gut waschen und in Streifen schneiden. Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Die Butter erhitzen und die Hälfte der Zwiebelwürfel darin ca. 3 min anschwitzen. Dann die gut abgetropften Grünkohlstreifen zufügen und weitere 3 Minuten dünsten lassen. Die Brühe angießen und den Kohl bei geschlossenem Deckel ca. 30 Minuten köcheln lassen. Danach den Kohl abgießen. Den abgetropften Kohl mit Pfeffer, etwas Muskatnuss und Sojasoße abschmecken. Während der Grünkohl gart, das Olivenöl erhitzen und die restlichen Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Mit dem Mehl bestäuben und kurz durchschwitzen lassen. Mit den Dosen-Tomaten ablöschen. Oregano und Basilikum zugeben und die Soße aufkochen. Die Tomatensoße noch 5 Minuten köcheln lassen und dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine viereckige Lasagneform ausfetten. Etwas Grünkohlmasse hineinfüllen. Mit den Lasagneplatten belegen und etwas Tomatensauce und dann Reibkäse darübergeben. In dieser Reihenfolge mit dem Einfüllen fortfahren. Den Abschluss sollte etwas Tomatensauce bilden, über die zum Abschluss Käse gestreut wird.

Die Grünkohl-Lasagne sollte auf der mittleren Schiene bei 175°C etwa 45 Minuten backen. Viel Spaß beim Ausprobieren!

Ihre Frank Schwarz Gastro Group GmbH



FRANK SCHWARZ
G A S T R O G R O U P G M B H