

Gemüse-Linsen-Lasagne



Tomatensoße:

1 **Zwiebel** hacken und in wenig Fett anrösten, dann

2 Tassen (250ml) **Gemüse** dazugeben (klein schneiden/raspeln Karotten, Zeller...) und

ca 500-ml **Tomatensoße** dazugeben und aufkochen lassen.

1/2 Tasse **rote Linsen** waschen und zur Tomatensoße geben. Mit

Oregano, Rosmarin, Thymian, Knoblauch, Pfeffer würzen und leicht köcheln lassen, bis Gemüse und Linsen weich sind (ca 20 Minuten).

Bechamel-Soße:

4-5 Esslöffel **Mehl** in

ca 5-6 Esslöffel heißem **Öl** anschwitzen (Achtung, ständig rühren!) und dann mit ca

750 ml **Pflanzenmilch**

aufgießen und sofort mit dem Schneebesen rühren, bis keine Klümpchen mehr vorhanden sind. Unter ständigem Rühren aufkochen lassen, damit die Soße eindickt. Zum Würzen **Knoblauch, Pfeffer, Salz** verwenden.

In einer ausgefetteten Form abwechselnd

- Tomatensoße
- **Lasagne-Teigblätter** (ungekocht)
- Bechamelsoße
- Lasagne-Teigblätter (ungekocht)

füllen. Den Abschluss bildet eine Schicht Bechamel auf Teigplatten. Darauf kann man noch pflanzlichen Parmesan (Nüsse, Hefeflocken und Salz im Mixer fein zerkleinert) streuen, bevor die Auflaufform für ca 45 Minuten bei 190 Grad ins Backrohr geschoben wird.

Share this: