

Italienische Rezepte

Spinatlasagne Italienische Art

Anzahl: 6 Portionen

Gattung: Backen, Gemüse, Milchprodukte, Nudel, Vegetarisch, Italien

BECHAMELSAUCE

100 g Butter
100 g Mehl
1,25 Liter Milch

Muskatnuss, gerieben
Salz
Pfeffer

LASAGNE

1 kg Blattspinat
4 Knoblauchzehen
2 Essl. Olivenöl
4 Essl. Zitronensaft
Salz, Pfeffer

1 kg Fleischtomaten
300 g Schafskäse
300 g Lasagne-Platten (ohne Vorkochen)
1 Bund Basilikum
50 g Parmesan, gerieben

Für die Sauce Butter erhitzen. Mehl einrühren, leicht anrösten. Milch nach und nach unter Rühren zugeben. Aufkochen, mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Spinat verlesen, gründlich waschen und putzen, grob hacken. Knoblauch abziehen und fein würfeln.

Öl in einem grossen Topf erhitzen. Knoblauch andünsten. Spinat tropfnass dazugeben, bei geschlossenem Deckel 2-3 Minuten zusammenfallen lassen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. In einem Sieb abtropfen lassen.

Die Tomaten überbrühen, häuten, entkernen und in spalten teilen. Den Schafskäse zerbröckeln. Elektro-Ofen auf 200 Grad vorheizen.

Eine grosse, rechteckige und ofenfeste Form mit 1/4 der Bechamel-Sauce ausgiessen. Darauf eine Schicht Lasagneblätter legen. Spinat darauf verteilen, mit etwas Sauce begiessen. Eine Lage Lasagneblätter darauf legen. Mit dem Schafskäse bestreuen, mit etwas Sauce begiessen. Mit Lasagneblättern belegen, Tomaten und Basilikum darauf verteilen. Mit übrigen Lasagneblättern und restlicher Sauce abdecken. Parmesan darüber streuen.

Im Ofen bei 200 Grad (Gas: Stufe 3) in etwa 30 Minuten goldgelb backen.

Tipp: Ideal zum einfrieren, 4 Monate haltbar. Pro Portion: 735 kcal/3090 kJ