

# Kürbis-Gemüse-Lasagne mit Mischgemüse & Rucola

Rezept für 4 Personen

Ungefähre Zubereitungszeit: 60-90 Minuten



VEGETARISCH



Menge	Zutaten	Zubereitung	
<b>Kürbis-Lasagne</b>			
7 g	Basilikum frisch	<p>Blattspinat aus dem Tiefkühler nehmen und in einem Sieb auftauen, anschliessend ausdrücken. Knoblauch und Basilikum fein schneiden, Kürbis schälen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch im Rapsöl andünsten, Kürbis und Spinat begeben und mitdünsten. Zum Schluss mit dem Saft der halben Zitrone und etwas Salz abschmecken.</p> <p>Für die Béchamelsauce die Hälfte der Milch erhitzen. Die Maisstärke unter die restliche kalte Milch rühren und dann mit der warmen Milch vermischen. Unter ständigem Rühren 1-2 Minuten kochen. Dann mit Gewürzen (z.B. Salz, Pfeffer und/oder Muskatnuss) abschmecken.</p> <p>Passende Auflaufform wählen (ggf. etwas einölen). Abwechselnd mit Lasagneblättern und Spinat-Kürbisgemüse befüllen. Über die letzte Schicht die Béchamelsauce geben und dann den Mozzarella darübergerben. Die Lasagne im vorgeheizten Ofen bei 180-200 C Umluft rund 45-60 Minuten überbacken.</p>	
300 g	Kürbis (z.B. Muskat)		
2.5 dl	Milch		
160 g	Blattspinat TK		
4 g	Salz		
150 g	Lasagneblätter		
45 g	Mozzarella		
1 TL	Gewürze		
1 EL	Mais Stärke		
45 g	Appenzellerkäse		
3 St	Knoblauchzehe		
0.5 St	Zitrone		
5 EL	Rapsöl		
<b>Tomatensauce</b>			
3 Prisen	Salz		<p>Tomaten, Knoblauch und Zwiebel in grosse Würfel schneiden. Knoblauch und Zwiebel in Butter andünsten, Tomatenpüree mitdünsten, Tomaten begeben und weitere 5 Minuten auf mittlerer Hitze dünsten. Ggf. mit Rotwein ablöschen, würzen (+Lorbeerblatt) und für 30 Minuten leicht köcheln lassen.</p>
30 g	Tomatenpüree		
0.5 St	Knoblauchzehe		
3 Prisen	Pfeffer		
100 g	Tomaten		
1 EL	Butter		
0.5 St	Zwiebel klein		
1 St	Lorbeerblatt		
<b>Mischgemüse</b>			
1 TL	Butter	<p>Spargeln, Karotte, Broccoli, Kohlrabi rüsten und in gewünschter Form zuschneiden. Spargeln und Broccoli blanchieren, Gemüse Mischung, Karotte und Kohlrabi in Butter andünsten. Rucola als Garnitur verwenden.</p>	
40 g	Spargel		
0.5 St	Karotte		
40 g	Broccoli		
40 g	Kohlrabi		
1 g	Salz		
1 EL	Trinkwasser		
100 g	Gemüse Mischung		
160 g	Rucola		

## Fun fact:

Es gibt über 1000 Sorten Kürbis