

Mangold-Lasagne

- 1 Bund Mangold
- 1 Zwiebel
- weiteres Gemüse nach Wahl, z. B. Möhren, Zucchini, Aubergine oder Paprika
- 2 Zehen Knoblauch
- 400g passierte Tomaten oder frische Tomaten
- 1 paar Blätter Basilikum
- etwas Olivenöl
- 1 Pckg. Lasagneplatten

Für die Béchamel-Sauce:

- 50g Butter
- 40g Mehl
- 400ml Milch
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- etwas Käse (z. B. Cheddar, Mozzarella oder Parmesan)

Zwiebel schälen und fein würfeln, Knoblauch schälen, aber noch nicht hacken. Stiele vom Mangold in Stücke schneiden, die Blätter grob hacken. Weiteres Gemüse nach Wahl in mundgerechte Stücke schneiden (Möhren in kleinere Würfel schneiden). Basilikum vom Stiel zupfen und grob hacken. Frische Tomaten würfeln.

Eine Auflaufform mit etwas Olivenöl einpinseln, eine Knoblauchzehe längs halbieren und mit der Messerklinge etwas andrücken. Die Auflaufform mit der Schnittfläche austreichen. Anschließend Knoblauch durch die Presse drücken und zusammen mit den Zwiebeln in einer großen Pfanne anschwitzen.

Mangoldstiele und weiteres Gemüse dazu geben und mitbraten lassen. Nach ein paar Minuten die gehackten Mangoldblätter dazugeben. Alles salzen und mit den passierten Tomaten ablöschen oder die frischen Tomaten in die Pfanne geben. Gut einköcheln lassen, bis es nicht mehr so flüssig ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Basilikum untermischen.

Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Béchamel-Sauce Butter in einem Topf zergehen lassen und das Mehl einrühren, kurz anschwitzen, aber nicht braun werden lassen. Milch dazu gießen und unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze solange köcheln lassen, bis eine cremige Sauce entsteht. Die Béchamel-Sauce mit Salz, Pfeffer und ggfs. etwas Muskatnuss abschmecken.

In einer Auflaufform abwechselnd erst Mangold-Mischung, etwas Béchamelsauce und dann Lasagneplatten schichten, bis die Mangold-Mischung aufgebraucht ist. Als letzte Schicht noch dünn Béchamel-Sauce darüber geben und nach Belieben mit etwas Käse bestreuen. Für etwa 30-35 Minuten im Ofen backen – fertig.

Guten Appetit! :-)

Tipp: Wenn ihr die Lasagneplatten vorher kurz in kochendem Salzwasser blanchiert, lassen sie sich besser schichten und die Lasagne ist schneller gar.

Wer mag, kann zur Mangold-Gemüse-Mischung natürlich auch noch gebratenes Hackfleisch geben, so bekommt die Lasagne noch eine Fleisch-Komponente.