

Vegetarische Spinatlasagne mit Feta und Tomaten

VORBEREITEN

60
Min.

ZUBEREITEN

30
Min.

NIVEAU



Zutaten für 6 Portionen

Für die Spinatlasagne

800 g Blattspinat
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
3 Esslöffel Olivenöl
1 Prise(n) Muskat
Salz, Pfeffer
4 Tomaten
400 g Feta
50 g Pinienkerne
300 g Lasagneplatten
4 Zweig(e) Petersilie
etwas Öl für die Form

Für die Béchamelsauce

50 g Butter
50 g Mehl
1 l Milch
1 Prise(n) Muskat
Salz, Pfeffer

Besonderes Zubehör

Auflaufform (ca. 36 x 26 cm)
Nudelmaschine

Selbstgemachte Lasagne steht bei Pasta-Fans meist ziemlich weit oben auf der Liste der Lieblingsrezepte. Du willst auf Hackfleisch, [Rinderragout](#) oder [saftigen Lachs](#) allerdings lieber mal verzichten? Dann lass dir diese **vegetarische Spinatlasagne mit Spinat, Tomaten, Feta und Pinienkernen** nicht entgehen. Mit **cremiger Béchamelsauce** steht sie der klassischen Version der Ofenpasta in nichts nach!

Mein Kollege Circo zeigt dir in seinem [Video](#), wie du diese köstliche Spinatlasagne Schritt für Schritt zubereitest. Als Unterstützung hat er [Nudelmaschine Nina](#) dabei, die ihm nebenbei **frische Lasagneblätter** zaubert. Schau's dir an!

<https://www.youtube.com/watch?v=9txmEu5jq-w>

- 1 -

Für die Spinatlasagne Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. [Auflaufform](#) mit Öl einfetten.

- 2 -

Spinat putzen, Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Spinat nach und nach dazugeben, mit dünsten und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, beiseite stellen.

- 3 -

Für die Béchamelsauce Butter in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen, Mehl dazugeben und anschwitzen. Kalte Milch unter stetigem Rühren nach und nach hinzufügen und bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen. 5 Minuten leicht köcheln lassen, von der Hitze nehmen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

- 4 -

Lasagneplatten [nach Rezept](#) zubereiten.

- 5 -

Tomaten entkernen und würfeln. Boden der Auflaufform mit Lasagneplatten auslegen, je 1/3 des Spinats und der Tomatenwürfel darüber geben. ¼ des Fetakäses darüber bröseln und ¼ der Sauce darüber verteilen. Eine weitere Lage Lasagneblätter drauflegen und mit den Zutaten genauso weiter verfahren, bis alles aufgebraucht ist. Mit Sauce und Feta auf einer Schicht Lasagneplatten abschließen. Pinienkerne darüber streuen und im heißen Ofen 30 Minuten goldgelb backen.

Vegetarische Spinatlasagne mit Feta und Tomaten

- 6 -

Petersilie hacken. Lasagne heiß servieren und mit Petersilie bestreuen.