

## Vegane Kürbis-Zucchini-Lasagne mit Cashewcreme

VORBEREITEN

3,75  
Std.

ZUBEREITEN

95  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 4 Personen

3 kleine Zucchini  
5 Kirschtomaten  
1 Handvoll Pinienkerne  
1 Butternusskürbis  
120 ml Mandelmilch  
1 Knoblauchzehe  
1 Prise(n) Salz  
1 Teelöffel Kokos- oder Olivenöl

### Für die Cashewcreme

150 g Cashewkerne  
470 ml Mandelmilch  
100 g Spinat  
1/2 Teelöffel getrockneter Rosmarin  
1 Knoblauchzehe  
1 Prise(n) Salz

- 1 -

Die Cashewkerne für die Creme mind. 3 Stunden in lauwarmem Wasser einweichen.

- 2 -

Backofen auf 200 °C vorheizen. Den Kürbis halbieren und mit einem Löffel die Kerne auskratzen. Die zwei Hälften dann mit der Schnittseite nach unten in einen Bräter oder auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und für 40-50 Minuten in den Ofen geben, bis die Schale schön braun und das Kürbisfleisch weich geworden ist. Anschließend auskühlen lassen.

- 3 -

Während dein Kürbis im Backofen ist, kannst du die Cashewcreme zubereiten. Die eingeweichten Cashewkerne in einem Sieb abgießen, in einen Food Processor geben und so lange mixen, bis eine gleichmäßige, klumpenfreie Masse entstanden ist. Knoblauchzehe schälen und fein hacken, dann zusammen mit 450 ml Mandelmilch und einer Prise Salz zum Cashewmus geben und erneut mixen. Am Ende sollte eine sehr cremige Textur entstanden sein. Die Cashewcreme in eine Schüssel füllen und den Food Processor gut ausspülen.

- 4 -

Sobald der Kürbis abgekühlt ist, die Schale entfernen, das Fleisch in grobe Stücke schneiden und im Food Processor zu einem feinen Püree verarbeiten. Dann 120 ml Mandelmilch, fein gehackten Knoblauch und Salz hinzugeben und ein weiteres Mal pürieren.

- 5 -

1 TL Kokos- oder Olivenöl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen und eine fein gehackte Knoblauchzehe und getrockneten Rosmarin 1-2 Minuten darin anbraten. Spinat waschen, in die Pfanne geben und unter Rühren 2-3 Minuten anbraten, bis er leicht in sich zusammengefallen ist.

## Vegane Kürbis-Zucchini-Lasagne mit Cashewcreme

- 6 -

Den Spinat aus der Pfanne zu der Cashewcreme geben und gut unterheben. Zucchini waschen und in dünne Scheiben schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren.

- 7 -

Den Boden deiner Auflaufform mit dem Kürbismus bestreichen. Dann darauf eine Schicht Zucchinischeiben legen und anschließend behutsam eine Lage der Cashew-Spinat-Creme darauf verstreichen. Diesen Schichtvorgang mit Mus, Zucchini und Creme noch einmal wiederholen, zum Schluss die Kirschtomaten oben auf der Creme verteilen und die Form mit Aluminiumfolie bedecken. Für 20 Minuten in den Backofen geben. Danach die Folie entfernen und weitere 20 Minuten backen. Anschließend die Pinienkerne auf der Lasagne verteilen und noch ein letztes Mal für 10 Minuten in den Ofen geben.