

Vegetarische Lasagne mit Linsen und Sojaschnetzel

VORBEREITEN

70
Min.

ZUBEREITEN

80
Min.

NIVEAU



Für 12 Portionen

Für die vegetarische Bolognese

17 Lasagneplatten
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
4 Esslöffel Olivenöl
250 g braune Champignons
200 g Karotten, in Scheiben geschnitten
100 g Stangensellerie
1 Chili
500 g Linsen aus der Dose, Abtropfgewicht
1 kg passierte Tomaten
2 Esslöffel Balsamico
4 Tomaten
2 Esslöffel Tomatenmark
125 g Sojaschnetzel
200 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer
1 Thymianzweig
1 Rosmarinzweig

Für die Béchamel-Sauce

150 g Butter
150 g Mehl
1,5 l Milch
1 Teelöffel Muskat, gerieben

Salz, Pfeffer

Für das Topping

100 g Hartkäse, gerieben
25 g Pinienkerne
10 g gehackte Petersilie

Besonderes Zubehör

Auflaufform

Vegetarische Lasagne hat schon in der Kindheit zu meinen Lieblingsgerichten gehört. Zwar gab's den herzallerliebsten Klassiker nicht mit **Sojaschnetzel**, aber dafür mit einer großen Portion **Gemüse** und ganz viel Liebe. Wenn die Auflaufform dann auf dem Tisch stand, wurden die Teller üppig gefüllt und alle waren glücklich und zufrieden. Der **geschmolzene Käse** auf der Lasagne war immer hart umkämpft! Nur wer schnell gegessen hat, konnte sich flott noch eine Portion der extra-käsigen Lasagne-Ecke sichern. So ging's mir und meinen Geschwistern immer, wenn es Gemüselasagne, Spinatauflauf und andere mit Käse überbackene Gerichte gab.

Heute bin ich immer noch ein großer Lasagne-Fanatiker. Wenn's nach mir geht, darf der **italienische Nudelauf** immer wieder **neu interpretiert** werden - das gehört beim Kochen einfach dazu. So lernt man nun mal neue Geschmäcker kennen und kann sich richtig in der Küche austoben. Ob vegane Süßkartoffel-Lasagne oder Lasagnesuppe zum Löffeln - die genialen Nudelplatten mit Saucen jeglicher Art sind der Renner!

- 1 -

Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

- 2 -

Für die vegetarische Bolognese: Tomaten, Zwiebeln,

Vegetarische Lasagne mit Linsen und Sojaschnetzel

Karotten, Champignons, Stangensellerie und Chili fein würfeln. Knoblauch, Rosmarin und Thymian hacken. In einem großen Topf Olivenöl erhitzen und darin Zwiebeln, Knoblauch und Chili andünsten. Gewürfelte Tomaten, Karotten, Champignons und Staudensellerie dazugeben und köcheln lassen. Passierte Tomaten, Tomatenmark, abgetropfte Linsen, Rosmarin, Thymian und Balsamico hinzufügen und kurz aufkochen.



- 3 -

Sojaschnetzel in Gemüsebrühe 15 Minuten einweichen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin Sojagranulat 5 Minuten anbraten. Das Ganze zum angedünsteten Gemüse in den Topf geben.

- 4 -

Vegetarische Bolognese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Hitze reduzieren und 30 Minuten abgedeckt köcheln lassen.



- 5 -

Für die Béchamelsauce: Butter bei mittlerer Hitze schmelzen und langsam Mehl unterrühren. 1-2 Minuten anschwitzen. Nach und nach Milch dazugeben und unter Rühren aufkochen bis die Béchamelsauce andickt. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

- 6 -

Die Auflaufform mit etwas Öl einfetten. Nacheinander eine Schicht Béchamelsauce, eine Schicht Lasagneplatten und eine Schicht vegetarische Bolognese in die Form geben. Diesen Vorgang 2 - 3 Mal wiederholen. Für die letzte Schicht mit restlicher Béchamelsauce und vegetarischer Bolognese abschließen.



- 7 -

Hartkäse reiben und über die vegetarische Lasagne geben. Im Ofen 40 Minuten goldbraun backen.

- 8 -

Pinienkerne in einer Pfanne rösten und Petersilie hacken. Zum Servieren auf der gebackenen Lasagne verteilen.