

Mediterrane Gemüse Lasagne

- **Küche:** Italienisch, Mediterran
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 30m
- **Fertig in** 45m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '30m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Fleischlose Pasta für jeden Tag, wer kann da schon widerstehen?

Zutaten

- 250 g Lasagne Blätter aus dem Supermarkt
- 1 Dose ganze Tomaten oder auch Tomatensugo
- 3 - 4 mittelgroße, vollreife Freilandtomaten, entkernt und in grobe Würfel geschnitten. (Am Mittelmeer kennt man keine gehäuteten Tomaten)
- 1 - 2 mittelgroße Zwiebel, fein gewürfelt
- 1 - 2 fein gewürfelte Knoblauchzehen, mit etwas Salz gerieben.
- 2 - 3 Stangen Frühlingslauch in Ringen
- 1 Stück frischer Fenchel, klein gewürfelt
- 1 grüne Zucchini, klein gewürfelt
- 1 gelbe Zucchini, klein gewürfelt
- 1 kleine Knolle Broccoli
- 8 - 10 kernlose, schwarze Oliven, klein gewürfelt
- ½ fein gewürfelte Chili Schote
- 8 - 10 gehackte Kapern
- 50 g harter, blättrig gehobelter Bergkäse, Appenzeller, Gyrerzer o. Ä.
- Etwas gutes Olivenöl
- Salz, etwas Chili

Zubereitungsart

Schritt1

Die Füllung:

Schritt2

In etwas Olivenöl die Zwiebeln mit dem Knoblauch glasig anschwitzen. Nach Garpunkt zunächst den Fenchel, dann den Frühlingslauch, Chili und die Zucchini dazu geben. Nur ganz kurz für 1 - 2 min.

anschwitzten, (Alles gart während des Überbackens noch nach) Zuletzt folgen die Oliven und die Kapern.

Schritt3

Den Broccoli putzen, in kleine Röschen schneiden und in Salzwasser 2 - 3 min. blanchieren. Sofort in kaltem Wasser runter kühlen; auf gleiche Größe schneiden.

Schritt4

Der Aufbau:

Schritt5

In eine ausreichend große Auflaufform zunächst die Lasagne Blättern als erste Lage "flächendeckend" auslegen.

Schritt6

Mit der Hälfte der Füllung belegen, den Vorgang wiederholen.

Schritt7

Auf der letzten Lage die Broccoliröschen gleichmäßig verteilen.

Schritt8

Alles mit "blättrig gehobeltem" Bergkäse "üppig" bedecken und in den auf 180° C vorgeheizten Backofen für 25 min. schieben, appetitlich braun überkrusten.

Schritt9

Schritt10

Anrichtevorschlag:

Schritt11

Rustikal, heiß aus dem Ofen zu Tisch geben.

Tags: auflauf, fleischlos, pasta, pikant, preiswert, überbacken

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/mediterrane-gemuese-lasagne/>