



Vegane Lasagne bolognese

mit Hafer-Béchamel und Panko-Topping



ca. 1,5h



3-4 Personen

Heute ist dein Tag, dein großer Tag. Um ganz genau zu sein: dein XXL-Tag! Denn egal, ob du mal wieder die gesamte Familie am Tisch zusammenbringen willst, einen geselligen Abend mit Freunden planst oder für dich selbst vorkochen willst - unsere doppelte Portion macht es möglich! Einmal kochen, zweimal genießen: Einfach, praktisch, lecker. (Dieses Rezept ergibt je nach gewählter Kochbox 4 oder 8 Portionen.)

Was du von uns bekommst

- 900g Spaghetti-Gemüsemix
- 600g geschnittene Champignons
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 400g veganes Hackfleisch ³
- 800g passierte Tomaten
- 600ml Haferkochcreme
- 50g Misopaste ^{1,3}
- 2 Päckchen Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 500g Bio-Lasagneplatten ¹
- 2 Knoblauchzehen
- 100g Panko-Paniermehl ¹
- 20g Basilikum

Was du zu Hause benötigst

- 10EL vegane Margarine
- 4EL Weizenmehl ¹
- 1TL Senf ²
- Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- große Pfanne oder Wok
- großer Topf
- Wasserkocher
- Messbecher
- Schneebesen

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipps

Das Rezept ergibt 8 Portionen.

Allergene

Gluten (1), Senf (2), Sojabohnen (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 739kcal, Fett 30.1g,



1. Gemüse braten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **Gemüsemix** und die **Pilze** in einer großen Pfanne oder einem Wok mit 3EL Margarine oder Olivenöl bei mittlerer Hitze 4-6Min. braten, bis das **Gemüse** etwas zusammenfällt. **Tipp:** Ggf. zwei Pfannen verwenden.



4. Lasagne backen

¼ der Bolognese auf dem Boden einer Auflaufform verteilen. **⅓ der Béchamel** daraufgeben und **4-5 Lasagneplatten** darauf verteilen. Den Vorgang dreimal wiederholen, die oberen **Lasagneplatten** mit einer letzten Schicht **Béchamel** bedecken. Die **Lasagne** im mittleren Teil des Ofens in 25-30Min. goldbraun backen. **Tipp:** Mit Alufolie abdecken, falls die **Lasagne** trocken wirkt.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**



2. Bolognese zubereiten

1L Wasser in einem Wasserkocher aufkochen. Das **Brühgewürz** im aufgekochten Wasser auflösen. Das **Gemüse** stark erhitzen. Das **Hackfleisch** zugeben, sobald die Pfanne heiß ist, und ca. 3Min. mitbraten, bis es appetitlich gebräunt ist. **700ml Brühe** und die **passierten Tomaten** angießen. Die **Bolognese** bei mittlerer Hitze ca. 10Min. köcheln lassen. Regelmäßig umrühren.



5. Topping rösten

Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die Pfanne auswischen und den **Knoblauch** in der Pfanne mit 4EL Margarine oder Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 30Sek. anschwitzen. Das **Panko-Paniermehl** und 1 Prise Salz dazugeben und ca. 3Min. rösten, bis das **Paniermehl** goldbraun ist. Gelegentlich umrühren.



3. Béchamelsauce zubereiten

3EL Margarine oder Olivenöl in einem großen Topf bei mittlerer Hitze schmelzen, 4EL Mehl einrühren und 2Min. anschwitzen. Die **Haferkochcreme**, die **übrige Brühe**, die **Misopaste**, die **Gewürzmischung**, 1TL Senf und 1 Prise Salz verrühren und zum Mehl geben. Ca. 5Min. köcheln, bis die **Béchamel** die Konsistenz von flüssiger Sahne hat. Mit ½TL Pfeffer und 1 kräftigen Prise Salz würzen.



6. Basilikum zupfen

Die **Basilikumblätter** ab- und in grobe Stücke zupfen. Die **Lasagne** mit dem **Panko-Topping** und dem **Basilikum** garnieren, in Stücke schneiden und auf Teller verteilen. **Tipp:** Die **Lasagne** vor dem Schneiden ca. 20Min. abkühlen lassen, dann fällt sie nicht auseinander.