



Zucchini-Hähnchen-Lasagne

Low Carb mit Schmandsauce



40-50min



3-4 Personen

Low Carb ist ja prima, aber auf Lasagne verzichten geht gar nicht? Finden wir auch! Ist ja aber auch gar nicht nötig, denn statt der klassischen Nudelplatten kannst du die köstliche Sauce mit zartem Hähnchen und cremigem Schmand auch bestens zwischen dünne Zucchinischnitten betten. Mit frischem Basilikum und geriebenem Käse eine rundum gelungene Lasagne!

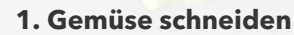
- 2 Zucchini
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen Hühnerbrühwürstchen
- 1 Becher Schmand ⁷
- 20g frisches Basilikum
- 3 Stück italienischer Hartkäse ⁷

- 1-2EL Weizenmehl ¹
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen und Auflaufform
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Küchenreibe

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 602kcal, Fett 40.6g,
Kohlenhydrate 11.5g, Eiweiß 45.8g



4. Pesto zubereiten

2. Fleisch schneiden

5. Lasagne schichten

3. Sauce ansetzen

6. Lasagne backen

Das **Pesto** und den **restlichen Käse** auf der **Zucchini-Hähnchen-Lasagne** verteilen. Die **Lasagne** 15–20Min. im Ofen backen, bis der **Käse** knusprig und goldbraun ist.