



RS Rinderlasagne mit Cheddar-Béchamel

mit deftigen weißen Bohnen



ca. 1h



4 Portionen

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

- 2 Knoblauchzehen
- 250g Rinderhackfleisch
- 1 Pck. italienische Gewürzmischung
- 1 Dose weiße Bio-Bohnen
- 450g Spaghetti-Gemüsemix
- 2 Dosen Bio-Tomatenmark
- 75g geriebener Cheddar³
- 250g frische Lasagneblätter^{1,2}

Was du zu Hause benötigst

- 300ml Milch³
- 3½EL Butter³
- 1TL Senf⁴
- 3EL Weizenmehl²
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Auflaufform (30x20cm)
- mittelgroßer Topf
- kleiner Topf
- Messbecher & Schneebesen
- Sieb

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

Kochtipp

Dieses Rezept ergibt 4 Portionen.

Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Senf (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 789kcal, Fett 38.7g, Kohlenhydrate 71.4g, Eiweiß 34.7g



1. Hackfleisch braten

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Das **Hackfleisch**, die **Gewürzmischung** und den **Knoblauch** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 3-4Min. anbraten, bis das **Hackfleisch** anfängt zu bräunen, dann aus dem Topf nehmen und beiseitestellen.



2. Sauce köcheln

Die **Bohnen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. In demselben Topf den **Gemüsemix** mit 1EL Olivenöl bei niedriger bis mittlerer Hitze in 3-5Min. weich braten, dann das **Tomatenmark**, das **Hackfleisch**, die **Bohnen** und 400ml Wasser zugeben und 8-10Min. köcheln lassen. Mit ½TL Salz und reichlich Pfeffer würzen.



3. Käsesauce anrühren

3EL Butter in einem kleinem Topf bei niedriger Hitze schmelzen lassen, dann 3EL Mehl mit einem Schneebesen einrühren, bis eine Paste entsteht. 1TL Senf einrühren, dann nach und nach 300ml Milch und 100ml Wasser einrühren, bis eine Sauce entsteht. Die **½ des Cheddars** einrühren und schmelzen lassen, dann mit je ½TL Salz und Pfeffer würzen.



4. Lasagne schichten

Eine 30x20cm große Auflaufform mit ½EL Butter einfetten. Die **Lasagne** abwechselnd mit **Käsesauce**, **Lasagneplatten**, **Hacksauce** und wieder **Lasagneplatten** aufschichten. Die erste und die letzte Schicht sollte aus **Käsesauce** bestehen.



5. Lasagne backen

Den **restlichen Cheddar** über die **Lasagne** streuen und die **Lasagne** im Ofen ca. 25Min. backen, bis sie köchelt und der **Cheddar** goldbraun ist. **Tipp:** Ggf. mit Alufolie abdecken, falls die **Lasagne** zu trocken oder dunkel wird.



6. Anrichten & servieren

Die **Lasagne** aus dem Ofen nehmen und ca. 5Min ruhen lassen, dann in Stücke schneiden und servieren.