



Vegetarische Lasagne bolognese

mit Hafer-Béchamel und Panko-Topping



ca. 1,5h



8 Portionen

Mit diesem Rezept wird groß aufgetischt – und zwar in XXL! Denn egal, ob du mal wieder die gesamte Familie am Tisch zusammenbringst, einen geselligen Abend mit Freunden planst oder für dich selbst vorkochen möchtest – 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 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 400g veganes Hackfleisch ⁴
- 800g passierte Tomaten
- 750ml vegane Haferkochcreme ^{2,4}
- 50g Misopaste ⁴
- 2 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 500g frische Lasagneblätter ^{1,2}
- 2 Knoblauchzehen
- 100g Panko-Paniermehl ²
- 20g Basilikum

Was du zu Hause benötigst

- 10EL Margarine (oder Olivenöl)
- 4EL Weizenmehl ²
- 1TL Senf ³
- 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.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 711kcal, Fett 33.8g,



1. Gemüse braten

Den Backofen auf 200°C (180°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.



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.



4. Lasagne backen

1/4 der Bolognese auf dem Boden einer Auflaufform verteilen. **1/5 der Béchamel** daraufgeben und **4-5 Lasagneblätter** darauf verteilen. Den Vorgang dreimal wiederholen, die oberen **Lasagneblätter** mit einer letzten Schicht **Béchamel** bedecken. Die **Lasagne** im mittleren Teil des Ofens in ca. 25Min. goldbraun backen. **Tipp:** Mit Alufolie abdecken, falls die **Lasagne** trocken wirkt.



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 **vegane Kochcreme**, 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 1/2TL 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.