



## Auberginen-Hack-Lasagne

Low Carb mit Ricotta und Basilikum



ca. 40min



3-4 Personen

Wer bei Lasagne automatisch an Nudelblätter denkt, der hat unsere heutige Variante noch nicht kennengelernt: Wir betten die herzhafte Füllung aus Schweinehack, Tomaten und Sellerie nicht zwischen die üblichen Pastablätter, sondern verwenden stattdessen Auberginenscheiben. Das spart Kohlenhydrate - vor allem aber schmeckt es hervorragend. Cremiger Ricotta und frische Kräuter bilden den krönenden Abschluss. Welch eine Lasagne!

## Was du von uns bekommst

- 3 Stangensellerie <sup>9</sup>
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Packung Schweinehackfleisch
- 2 Dosen gehackte Tomaten
- 2 Päckchen italienische Gewürzmischung
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 2 Auberginen
- 1 Packung Ricotta <sup>7</sup>
- 20g frisches Basilikum & Petersilie

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- Backblech und Backpapier
- großer Topf mit Deckel
- Messbecher

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

## Allergene

Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 535kcal, Fett 33.9g, Kohlenhydrate 26.6g, Eiweiß 32.7g



### 1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 190°C Umluft (210°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den **Sellerie** in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



### 2. Sauce kochen

Das **Hackfleisch**, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem großen Topf mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 1-2Min. anbraten. Mit den **gehackten Tomaten** und 200ml Wasser ablöschen, dann den **Sellerie**, die **Gewürzmischung**, das **Brühgewürz** und 1 Prise Salz unterrühren und die **Sauce** abgedeckt ca. 10Min. köcheln lassen.



### 3. Auberginen vorbacken

Inzwischen die **Auberginen** der Länge nach in 0,5-1cm dünne Scheiben schneiden. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, mit 1 Prise Salz würzen und ca. 10Min. im Ofen vorbacken.



### 4. Lasagne backen

Die **Sauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Boden einer Auflaufform dünn mit **Sauce** bedecken und mit einer Schicht **Auberginen** belegen. So weiterschichten, bis die **Sauce** und die **Auberginen** aufgebraucht sind. Mit einer Schicht **Sauce** abschließen. Die **Lasagne** im Ofen ca. 15Min. backen.



### 5. Ricotta mitbacken

Nach 15Min. den **Ricotta** mit einem großen Löffel auf der **Lasagne** verteilen und die **Lasagne** weitere 5-10Min. backen.



### 6. Kräuter schneiden

Die **Basilikum**- und die **Petersilienblätter** abzupfen und fein schneiden. Die **Lasagne** mit den **Kräutern** garnieren und servieren.