

Die beste Gemüselasagne - einfach vegetarisch

Zutaten für 5 Portionen:

Für die Gemüseschicht

- 1 Zucchini
- 2 Möhren
- 1 Kohlrabi
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL [Gemüsebrühpulver](#) (oder unsere [Gemüsepaste](#))
- 200 g Schmand



Für die Sauce

- 1 Zwiebel
- 400 g Tomaten in Stücken (frisch oder aus der Dose)
- 2 EL Tomatenmark
- 1 TL [Gemüsebrühpulver](#) (oder unsere [Gemüsepaste](#))

- 6 Lasagneplatten
- 200 g geriebener Käse (Gouda)
- 1 TL Mandelmus (optional)

Arbeitszeit: ca. 30 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 40 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 70 Minuten

Gemüselasagne einfach lecker zubereiten:

Gemüseschicht zubereiten

1. Schäle die Zucchini, die Möhren und den Kohlrabi und schneide sie in kleine Würfel. Frische Zucchini kannst du mit Schale verwenden.

2. Dünste das Gemüse in einer Pfanne in Olivenöl an. Rühre dann den Schmand und die Gemüsepaste unter und schalte die Hitze ab. Ein Teelöffel Mandelmus ist eine tolle Ergänzung und gibt dem Gericht einen zusätzlichen Nährstoffkick.

Widme dich nun der Tomatensauce

1. Schäle die Zwiebel und brate sie in einem kleinen Topf in Olivenöl glasig an.
2. Rühre das Tomatenmark unter, füge die gestückelten Tomaten zu und koche die Sauce kurz auf.
3. Würze sie mit der Gemüsepaste und püriere sie zu einer feinen Sauce.

Lasagne schichten

1. Nimm dir eine hohe Auflaufform und füge die Hälfte der Gemüsesauce auf den Boden. Gieße einen kleinen Schluck Milch hinzu, so dass der Boden schwach bedeckt ist. Gib darauf eine Schicht Lasagneplatten, danach Tomatensauce und wieder Gemüsesauce. Dann kommen noch mal Lasagneplatten und zum Abschluss Tomatensauce.
2. Streue den Käse auf die Lasagne.
3. Backe die Gemüselasagne bei **200°C** Ober- und Unterhitze für **30 Minuten**.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem [Shop](#).

