

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Mangold-Möhren Lasagne

Zutaten: ca. 500 gr. Mangold, 2 Möhren, 1 Zwiebel, 1 Eßl. Mehl, Milch, Salz, Pfeffer, Muskat, Olivenöl, Lasagneplatten, geriebener Käse.

Zubereitung: Den Mangold waschen und die dickeren Rippen klein schneiden und würfeln. Die grünen Mangoldblätter ebenso klein schneiden, aber noch beiseite legen. Die Zwiebel pellen und in kleine Würfel schneiden. Die Möhren schälen und stifteln. Die gestiftelten Möhren, Mangoldwürfel und die Zwiebelwürfel mit dem Olivenöl in eine Pfanne geben und alles leicht andünsten. Das Mehl einrühren und mit der kalten Milch schnell glatt rühren, so das sich keine Klümpchen bilden und eine dünne Soße entsteht. Jetzt die klein geschnittenen Mangoldblätter hinzugeben und in der Soße kurz mitkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig abschmecken. Den Backofen schon einmal auf 180° Grad vorheizen. Die Lasagneform einfetten und abwechselnd mit der Gemüsesoße und den Lasagneplatten einschichten, so das man oben mit dem Gemüse abschließt. Den Auflauf mit Käse bestreuen und für zirka 35 Minuten im Backofen überbacken. Dazu passt ein leckerer frischer Salat.

Guten Appetit wünscht Ihr **Gemüse bringt's** -Team
www.gemuese-bringts.com, Tel. 02525-2560 (Telefonzeiten Di. und Do. 9 - 12 Uhr)