



# Mediterrane Gemüse Lasagne

- **Küche:** Italienisch, Mediterran
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 30m
- **Fertig in** 45m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '30m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Fleischlose Pasta für jeden Tag, wer kann da schon widerstehen?

## Zutaten

- 250 g Lasagne Blätter aus dem Supermarkt
- 1 Dose ganze Tomaten oder auch Tomatensugo
- 3 - 4 mittelgroße, vollreife Freilandtomaten, entkernt und in grobe Würfel geschnitten. (Am Mittelmeer kennt man keine gehäuteten Tomaten)
- 1 - 2 mittelgroße Zwiebel, fein gewürfelt
- 1 - 2 fein gewürfelte Knoblauchzehen, mit etwas Salz gerieben.
- 2 - 3 Stangen Frühlingslauch in Ringen
- 1 Stück frischer Fenchel, klein gewürfelt
- 1 grüne Zucchini, klein gewürfelt
- 1 gelbe Zucchini, klein gewürfelt
- 1 kleine Knolle Broccoli
- 8 - 10 kernlose, schwarze Oliven, klein gewürfelt
- ½ fein gewürfelte Chili Schote
- 8 - 10 gehackte Kapern
- 50 g harter, blättrig gehobelter Bergkäse, Appenzeller, Gyrerzer o. Ä.
- Etwas gutes Olivenöl
- Salz, etwas Chili

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Füllung:

### Schritt2

In etwas Olivenöl die Zwiebeln mit dem Knoblauch glasig anschwitzen. Nach Garpunkt zunächst den Fenchel, dann den Frühlingslauch, Chili und die Zucchini dazu geben. Nur ganz kurz für 1 - 2 min.

anschwitzten, (Alles gart während des Überbackens noch nach) Zuletzt folgen die Oliven und die Kapern.

### **Schritt3**

Den Broccoli putzen, in kleine Röschen schneiden und in Salzwasser 2 - 3 min. blanchieren. Sofort in kaltem Wasser runter kühlen; auf gleiche Größe schneiden.

### **Schritt4**

Der Aufbau:

### **Schritt5**

In eine ausreichend große Auflaufform zunächst die Lasagne Blättern als erste Lage "flächendeckend" auslegen.

### **Schritt6**

Mit der Hälfte der Füllung belegen, den Vorgang wiederholen.

### **Schritt7**

Auf der letzten Lage die Broccoliröschen gleichmäßig verteilen.

### **Schritt8**

Alles mit "blättrig gehobeltem" Bergkäse "üppig" bedecken und in den auf 180° C vorgeheizten Backofen für 25 min. schieben, appetitlich braun überkrusten.

### **Schritt9**

### **Schritt10**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt11**

Rustikal, heiß aus dem Ofen zu Tisch geben.

**Tags:** auflauf, fleischlos, pasta, pikant, preiswert, überbacken

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/mediterrane-gemuese-lasagne/>