



Name: _____

Klasse: _____

Kürbis -Lasagne



Menge:	Zutaten:
½ Stange	Lauch, waschen, fein schneiden
1 kleine	Zwiebel, fein würfeln
1/2	Chili ohne Kerne in Ringe schneiden
1	Knoblauchzehe, schälen, fein schneiden
300g	Kürbisfleisch vom Hokkaidokürbis grob raspeln
1 cm	Ingwer schälen, fein schneiden
150 ml	Wasser
1 TL	Gemüsebrühe
	Salz, Pfeffer
3 EL	Kürbiskernöl
Soße = Bechamelsoße	
3 EL	Kürbiskernöl
2 EL	Mehl
250 ml	Wasser
250ml	Milch
2	Eigelb
Etwas	Salz, Pfeffer
	Zutaten zusammen in einem Messbecher verrühren
250g	Lasagneplatten
150g	Käse gerieben
Je 1 EL	Petersilie fein geschnitten und Kürbiskerne zum Anrichten

Zubereitung:

- Gemüsemasse:** Lauch, Zwiebel und Knoblauch in Öl andünsten, Kürbisfleisch, Chili und Ingwer zugeben.
- Wasser und restliche Zutaten zugeben. 5 Min. dünsten.
- Bechamelsoße:** Kürbiskernöl im Topf erhitzen, Mehl zugeben, langsam unter ständigem Rühren die Flüssigkeit zugeben, Soße aufkochen lassen. Die Gemüsemasse zur Béchamelsosse geben, unterrühren. Masse abschmecken!
- Auflaufform mit Kürbiskernöl einstreichen. Ofen vorheizen: 200 °C, Unter- Oberhitze
- Lasagne einschichten:
Kürbismasse, Lasagneplatten, Kürbismasse, Lasagneplatten, ...
Diesen Vorgang je nach Auflaufform 2-3 mal wiederholen.
Die letzte Schicht besteht aus der restlichen Kürbismasse und geriebenem Käse.

Backzeit: 30 – 35 Min., Kürbislasagne mit frischer Petersilie und Kürbiskernen anrichten.

Kleiner Tipp zur Nachhaltigkeit:

Bei der Lasagne 10 Min. vor Ende der Garzeit den Backofen ausschalten und so die Restwärme nutzen.