

Rezept der Woche



Schwarzkohl-Lasagne

Zutaten (4 Personen):

- 1 kg Schwarzkohl
- 2 Zwiebeln
- 2 Dosen Pizzatomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Butter
- 125 ml Gemüsebrühe
- 4 EL Olivenöl
- 1 EL Vollkornmehl
- 250 g Lasagneplatten
- 200 g geriebener Käse
- 1 EL Sojasauce
- 2 TL Oregano
- 1 TL Basilikum
- Muskat
- Pfeffer
- Salz
- Fett für die Form

Zubereitung

Den Schwarzkohl gut waschen und in feine Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln bzw. hacken.

Die Butter erhitzen und die Hälfte der Zwiebelwürfel ca. 3 min anschwitzen. Dann die gut abgetropften Kohlstreifen zufügen und weitere 3 min leicht anbraten, ohne dass die Blätter schwarz werden. Die Brühe angießen und den Kohl bei geschlossenem Deckel etwa 10 min köcheln lassen. Danach den Kohl abgießen und mit Pfeffer, etwas Muskatnuss und Sojasauce abschmecken.

Während der Schwarzkohl gart, das Olivenöl erhitzen und die restlichen Zwiebelwürfel glasig anschwitzen. Mit dem Mehl bestäuben und kurz durchschwitzen lassen. Mit den Pizzatomaten ablöschen. Knoblauch, Oregano und Basilikum zugeben. Die Soße aufkochen und noch 5 min köcheln lassen, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken. (Wer mag rundet die Sauce noch mit etwas dunklem Balsamico Essig und einer Prise Zucker ab.)

Den Käse fein reiben. Eine Lasagneform fetten. Etwas Kohlmasse hineinfüllen. Mit den Lasagneplatten belegen, etwas Tomatensoße und dann Reibekäse darübergeben. In dieser Reihenfolge mit dem Einfüllen fortfahren. Den Abschluss sollte etwas Tomatensoße bilden, über die noch etwas Käse gestreut wird. Die Schwarzkohl-Lasagne im heißen Backofen auf der mittleren Schiene bei 175 °C Ober-/Unterhitze etwa 45 min backen. Wenn der Käse zu dunkel wird, die Lasagne etwas tiefer einschieben und die Auflaufform abdecken.